第一图书网, tushu007.com

<<瑜伽境界:阴瑜伽>>

图书基本信息

书名：<<瑜伽境界:阴瑜伽>>

13位ISBN编号：9787887028365

10位ISBN编号：7887028361

出版时间：2012-1-4

出版时间：中国人民大学出版社

作者：[印度]莫汉

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

<<瑜伽境界:阴瑜伽>>

内容概要

《瑜伽境界：阴瑜伽》讲述莫汉老师承袭了最本质的瑜伽认识和方法，理论阐释平实而精辟，实践教学科学而有效！
演示和讲解一套阴瑜伽体式。
阴瑜伽是瑜伽的一种流派，强调放松整个身心，清空一切杂念，平衡人体中的阴性能量，保证体内各个器官健康工作。

出色的制作团队：著名纪录片、广告片导演付勇执导，日本著名摄影师柏木功德摄影，全部采用高清设备进行外景拍摄和后期制作，历时近两年完成。

旖旋的自然风光：瑜伽至高境界是身心合一，人与自然和谐统一。
本片选取风景如画的外景地张家界、九寨沟、苍山洱海、喀纳斯等著名风景区进行拍摄，感受身体与自然最完美的结合。

优秀的瑜伽老师：印度最著名的瑜伽学院KAIVALYADHAMA瑜伽研究学院院长O.P.TIWARI大师任总顾问，印度瑜伽大师莫汉（MOHAN）任内容主编，莫汉老师携悠季瑜伽（中国）优秀教练文君老师，陆翊老师倾情演示和讲解。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com