



Teme: Grad Mali Lošinj, Turistička zajednica grada Malog Lošinja

Yoga Day u Malom Lošinjju

Današnjim predavanjem „Yoga za zdravlje“ koje će se održati s početkom u 20:30 sati u Gradskoj knjižnici i čitaonici Mali Lošinj započet će obilježavanje Međunarodnog dana Yoge u Malom Lošinjju, a uslijedit će i aktivni dio programa. Uz 35 hrvatska grada, ove godine i Mali Lošinj obilježit će svjetski Yoga Day. Ususret istom, stručnim predavanjem „Yoga za zdravlje“ magistra fizioterapije Ana Banić govorit će o benefitima i zdravstvenim učincima Yoge na zdravlje. Ne možemo negirati znanstvene dokaze o benefitima vježbanja yoge na ljudsko zdravlje, možemo se samo aktivirati i uživati u povećanoj mobilnosti zglobova i mišića, povećanom respiratornom kapacitetu, boljem balansu i samo kontroli tijela, smatra Ana Banić. Aktivni dio programa održat će se 23. lipnja 2018. godine na malološinjnskom gradskom trgu s početkom u 9:30 sati kada će aktivni sudionici, kao i posjetitelji, imati priliku vježbati yogu na lošinjnskom lječilišnom zraku, nakon čega će se u obližnjem lokalnom caffe baru i slastičarni Moby dick osvježiti prirodnim sokovima. Svi sudionici na poklon dobivaju majce s logom Yoga Day. Yoga Day održat će se u organizaciji Studia za masažu i unaprjeđenje zdravlje- Studia Vita, uz podršku Turističke zajednice Grada Malog Lošinja i Grada Malog Lošinja, a na inicijativu Indijskog Veleposlanstva u Hrvatskoj. Inače, Yoga Day održava se na preporuku Svjetske Zdravstvene Organizacije koja yogu priznaje kao zdravstveni terapijski sustav, a sve s ciljem upoznavanja šire javnost s benefitima yoge na ljudsko zdravlje. komentar



<http://www.kigo.hr/yoga-day-u-malom-losinju/>

KLJUČNE RIJEČI

AUTOR