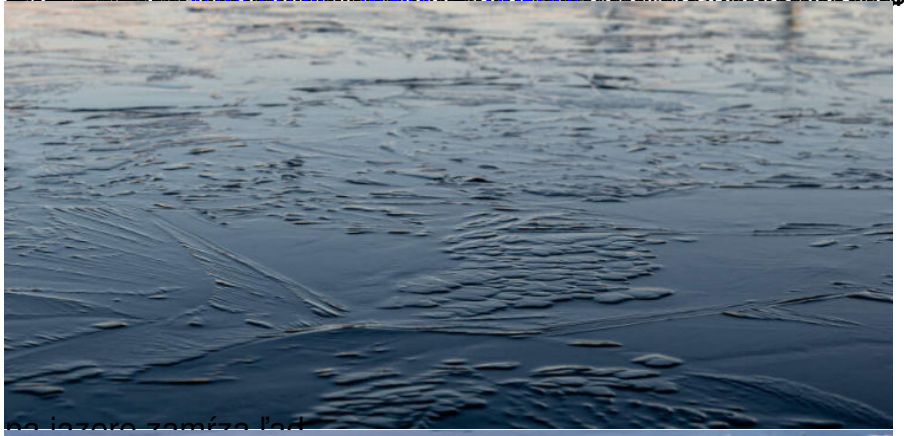
Pevnosť

cvičenia

Témou životných síl a vnímania citom predovšetkým u ľudí, v prírode, v jedle a v ásanách sme sa roky zaoberali a rozvíjali jednotlivé cvičenia. Na verejnosť sme s nimi vychádzali od roku 2016 na kurzoch, no najmä na seminároch .







na jazere zamŕza ľad



prirodzené pukliny ľadu na jazere



Ľad na zamrznutom jazere



[šesťuholník]

