

ZDROJE A DOPORUČENÁ LITERATURA

WALTHER, Tasja; PIGLAS, Johanna: *Jóga pro fascie*. Olomouc: Poznání, 2018.

LARSEN, Christian; MIESCHER, Bea: *Spiraldynamik. Bez bolesti v pohybu*. Olomouc: Poznání, 2018.

ORAVCOVÁ, Lenka: *Jóga a jógová terapie*. Olomouc: Poznání, 2021.

MICHIE, David: *Pospěš si a medituj*. Praha: Synergie, 2014.

LESONDAK, David: *Fascia – What it is and why it matters*. Londýn: Hand-spring Publishing UK, 2017.

MÜLLER, Divo G.; HERTZER, Karin: *Trénink fascií – Úspěšný recept pro získání napnuté vazivové tkáně*. Olomouc: Anag, 2018

MYERS, Thomas: *Anatomy trans*. Oxford: Elsevier Limited, 2021.

MEINL, Daniela: *Das gosse faszien-yoga buch*. Mníchov: Irisiana, 2017.

SIEGEL, Ronald D.: *Velká kniha meditačních technik*. Praha: Grada Publishing, 2016.

CLARK, Bernie: *The complete guide to Yin yoga – The philosophy and practice of yin yoga*. Wild Strawberry Productions, 2011.

