



6 Rozhovor  
s Helenou  
Třeštíkovou

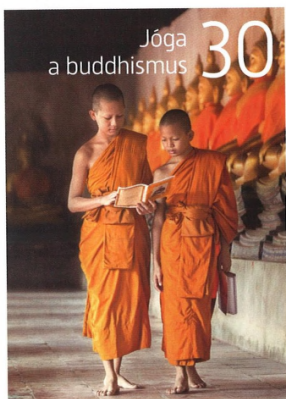
Prevence bolesti  
kyčelního kloubu 16



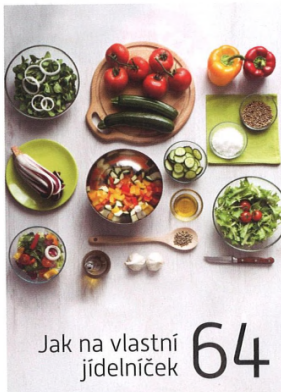
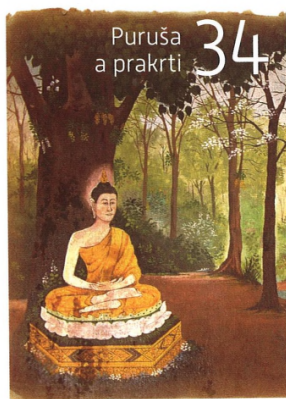
Hrát si s jógou 24



Jóga  
a buddhismus 30



Puruša  
a prakti 34



Jak na vlastní  
jídelníček 64



jogavirtual.cz  
Cvičte jógu on-line  
www.jogavirtual.cz



Elektronická verze JÓGA DNES,  
včetně archivu  
www.alza.cz

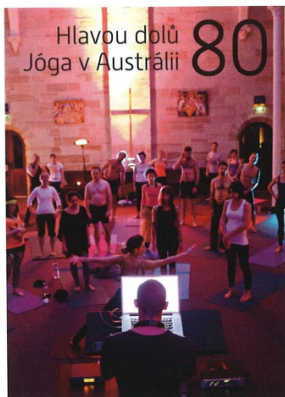
**JÓGADNES**

Novinky, rady a soutěže z jógového světa  
www.jogadnes.cz



Staňte se naším fanouškem na Facebooku,  
sledujte nás na Instagramu,  
novinky ze světa jógy vždy s vámi na Twitteru.

Hlavou dolů  
Jóga v Austrálii 80



PŘÍLOHA  
Kam za jógu 90



Téma  
44 **JÓGA V UMĚNÍ...  
...UMĚNÍ V JÓZE**



Nezapomeňte doma  
své prázdninové čtení...

**JÓGADNES**

Červencové číslo JD  
v prodeji už od 27. 6.!