

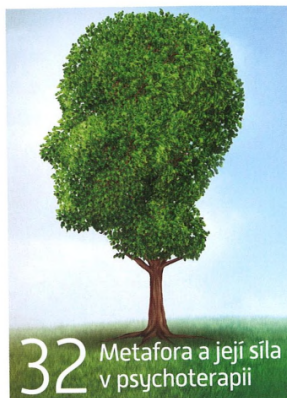
Rozhovor  
s Galinou Miklínovou **6**



Medicína hada **16**



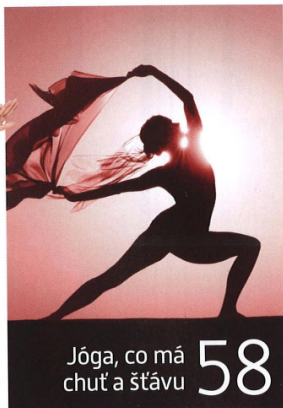
**32** Metafora a její síla  
v psychoterapii



Relaxační jóga  
pro těhotné **40**



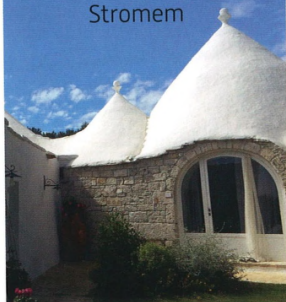
Jóga, co má  
chuť a šťávu **58**



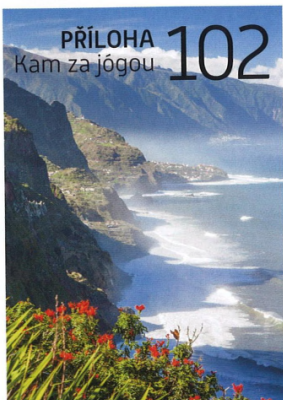
Krční páteř **66**



Vnitřní symetrie  
v jižní Itálii  
s Maxem  
Stromem **96**



**PŘÍLOHA**  
Kam za jógou **102**



jogavirtual.cz  
Cvičte jógu on-line  
[www.jogavirtual.cz](http://www.jogavirtual.cz)



Elektronická verze JÓGA DNES,  
včetně archivu  
[www.alza.cz](http://www.alza.cz)

**JÓGADNES**

Novinky, rady a soutěže z jógového světa  
[www.jogadnes.cz](http://www.jogadnes.cz)

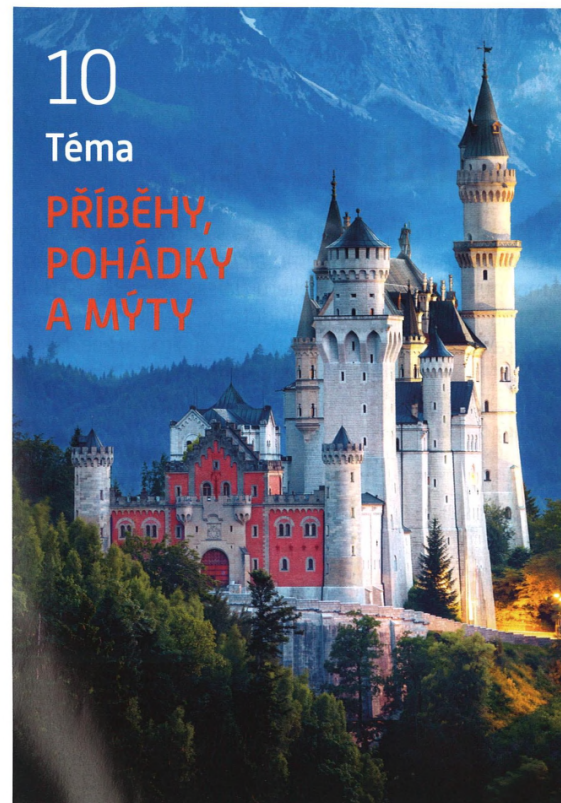


Staňte se našim fanouškem na **Facebooku**,  
sledujte nás na **Instagramu**,  
novinky ze světa jógy vždy s vámi na **Twitteru**.

**10**

Téma

**PŘÍBĚHY,  
POHÁDKY  
A MÝTY**



on-line kurzy jógy

**JÓGA PRO  
ZDRAVÁ ŽÁDA**



**JÓGA PRO  
ZAČÁTEČNÍKY**

**JOGAVIRTUAL.CZ**