

OBSAH

- 6 Rozhovor s Michaelem Třeštíkem
- 12 Téma JD
MÁJ – (sebe)lásky čas
- 18 Strach z vlastních emocí
- 34 Láska jako zlý sen aneb Na štěstí si někdy musíme počkat
- 38 Všechno, co jsté chtěli vědět o ložnici a báli jste se zeptat
- 50 Gravidjóga – Jóga pro těhotné ženy
- 58 Bojovníci beze strachu aneb Transformace je přirozená
- 64 Na kole v náročnějším terénu
- 68 Proti bolestem hlavy
- 72 Jóga jako medicína
Úzkosti a panické ataky
- 82 Tantra a mantra
- 88 Jak žít eko v karanténě
- 94 Jóga a vegetariánství
- 107 Patagonie