



OBSAH

- 6 Rozhovor se Zuzanou Zlatohlávkovou
- 10 TÉMA JD
Jóga, láska a sexualita
- 14 Je skutečně co odpouštět?
- 22 Tantra
Vtělené spojení moudrosti a soucitu
- 24 Jóga a orgasmus
- 32 Plážová jóga a její benefity
- 40 Tanec lásky, vášně a míru
- 50 Face yoga
- 58 PLÁN JD
Jak vyhrát nad stresem
- 76 Menstruační cyklus a jóga
- 82 Bylinná lékárna pro naše srdce
- 84 Jarní podpora metabolismu
- 88 Zdravé recepty
- 94 Yogi Ramacharaka
Tajemný americký jogín
- 104 Za jógou do Rišikéše
- 106 Zakynthos aneb Save the turtles



Červencové číslo vychází
25. 6. 2024

