

Leeuwarden, maart 2012

'Een gezonde geest in een gezond lichaam'
Juvenalis

Standaardwerk van internationaal bekend yogaleraar eindelijk in Nederlandse vertaling Overzichtelijk en duidelijk boek over de meest gebruikte yogahoudingen en de effecten van de oefeningen

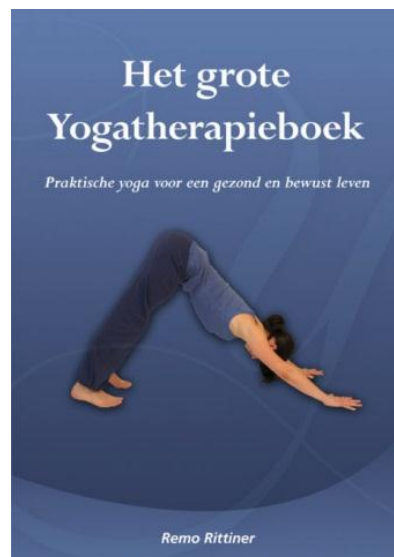
Titel:	Het grote Yogatherapieboek
Auteur:	Remo Rittiner
Aantal pagina's:	196
ISBN:	978-90-8954-362-2
Prijs:	€ 24,95

Over het boek:

Een essentiële yoga-gids voor genezing van het lichaam, de ziel en de geest.

Dit boek is gebaseerd op zowel de fundamentele principes van de traditie van yoga volgens yoga-meester T. Krishnamacharya en zijn pupil A.G. Mohan, als op de laatste ontwikkelingen op het gebied van westerse anatomie.

Het is geschreven op een manier die duidelijk en gemakkelijk te begrijpen is en geschikt is voor zowel beginners als gevorderde yoga-beoefenaars. Voor mensen die geïnteresseerd zijn in de grote potentie van yoga om te genezen. In dit boek heeft Remo Rittiner zijn vele jaren van ervaring in het beoefenen en bestuderen van yoga samengevoegd met de ervaringen van een grote hoeveelheid mensen, die regelmatig onder zijn begeleiding yoga beoefenen.



Over de schrijver:

Na het intensief bestuderen en beoefenen van yoga bij en met A.G. Mohan in India, behaalde Remo Rittiner in 1996 een diploma dat van hem een officiële Ayur Yoga-leraar en therapeut maakte. Sinds 1997 stuurt hij het welbekende Ayur Yoga Centrum aan. In 2000 begon hij met het trainen van yoga-leraren en vier jaar later startte hij de eerste yoga-therapietraining in Zwitserland. In datzelfde jaar werd hij door de internationale yoga-therapieassociatie IYAT benoemd tot de eerste adviseur van Zwitserland.

Remo Rittiner geeft ook de internationale "Genezing en Transformatie" yoga-cursussen in Spanje en is bovendien regelmatig gastspreker op verschillende yoga-trainingscursussen. Spirituele yogabeoefening in combinatie met meditatie als een manier om gezondheid en verlichting te behalen, is een significant onderdeel van zijn werk.

Onderschrift voor de redactie:

Wilt u meer informatie, een recensie-exemplaar van het boek ontvangen, of een interview met de auteur, dan kunt u contact opnemen met Jitske Kingma, jitskekingma@elikser.nl, 058-2894857, 06-48626286