



**Magiczny
Kraków**

PL/ENG/UA/RU Światowy Dzień Jogi w Centrum Wielokulturowym

2024-07-02

W piątek 21 czerwca wraz z przyjaciółmi z Veda Yoga Center spotkaliśmy się w Centrum Wielokulturowym, aby świętować Międzynarodowy Dzień Jogi.

Po ciekawej prezentacji, z której dowiedzieliśmy się o szczególnej energii słońca, która towarzyszy temu dniu, rozpoczęliśmy praktykę jogi.

Płynnie przeszliśmy od ćwiczeń oddechowych do asan.

Na zakończenie spotkania odbyło się uroczyste wręczenie certyfikatów za 20-dniowy wyzwanie jogiczne, w którym brali udział uczniowie Veda Yoga Center. Niewątpliwie zainspirowało to pozostałych uczestników do podjęcia wyzwania i kontynuowania swojej przygody z jogą.

Dziękujemy wszystkim za wspólną praktykę i serdeczną atmosferę!

ENG

Yoga Celebration at the Multicultural Centre

On Friday (21.06), we gathered with our friends from Veda Yoga Center at the Multicultural Centre to celebrate International Yoga Day

We began the event with a fascinating presentation about the unique energy of the sun on this special day. Then, we seamlessly transitioned into our yoga practice, moving from breathing exercises to various asanas.

To conclude the event, we held a ceremonial presentation of certificates for the 20-day yoga challenge, completed by students of Veda Yoga Center. This undoubtedly inspired the other participants to take up the challenge and continue their yoga journey.

Thank you all for the shared practice and the warm atmosphere!

UA

Святкування йоги в Мультикультурному центрі.

Минулої п'ятниці (21.06) разом з друзями з Центру йоги "Веда" ми зустрілися в Мультикультурному центрі, щоб відсвяткувати Міжнародний день йоги .

Після цікавої презентації, з якої ми дізналися про особливу енергію сонця, яка супроводжує цей день, ми розпочали нашу практику йоги. Ми плавно перейшли від дихальних вправ до асан.

Наприкінці зустрічі відбулася церемонія вручення сертифікатів про проходження 20-денного йога-челенджу, в якому брали участь студенти Центру йоги "Веда". Це, безсумнівно, надихнуло інших учасників прийняти виклик і продовжити свою пригоду з йогою.



**Magiczny
Kraków**

Дякуємо всім за спільну практику та теплу атмосферу!

RU

Празднование йоги в мультикультурном центре.

В прошлую пятницу (21.06) вместе с друзьями из Центра йоги "Веда" мы встретились в Мультикультурном центре, чтобы отпраздновать Международный день йоги .

После интересной презентации, из которой мы узнали об особой энергии солнца, сопровождающей этот день, мы начали нашу практику йоги. Мы плавно перешли от дыхательных упражнений к асанам.

В конце встречи состоялась церемония вручения сертификатов о прохождении 20-дневного йога-челленджа, в котором принимали участие студенты Центра йоги "Веда". Это, несомненно, вдохновило других участников принять вызов и продлить свое приключение с йогой.

Спасибо всем за общую практику и теплую атмосферу!