

Bibliografía orientativa

Casi todo el material impartido en la formación lo tenéis en el blog de alumnos pero siempre está bien reforzar algunos aspectos con bibliografía especializada. Algunos consejos que proponemos para seguir con comodidad la formación son los siguientes:

- **El diccionario del Yoga**
 - **La Síntesis del Yoga**
 - **Las bases posturales en el Hatha Yoga**
 - **Anatomía para el movimiento. Vol I**
 - **Yogasûtra de Patañjali**
 - **Meditación Síntesis**
 - **La Tradición del Yoga**
-