

ANA

*Ana je magistra biologije i instruktorka joge. U jesen 2000. godine počinje sa redovnim vježbanjem joge prema sustavu Joga u svakodnevnom životu. Nakon završenih 8 stupnjeva intenzivnije se posvećuje bavljenju joge i vlastitom usavršavanju. Prve satove joge vodi od 2005. godine, a od 2007. podučava razne stupnjeve kao certificirana instruktorka u joga centru " Sri Devpuridi Ashram" Zagreb.*

*Ana svoje znanje iz područje joge i duhovnosti pronalazi na međunarodnim seminarima sustava JUSŽ u Hrvatskoj i u drugim europskim zemljama, kao i na višetjednim ljetnim seminarima pod vodstvom autora ovog sustava Paramahans Swami Maheshwaranande. U više navrata boravila je u ašramima Joge u svakodnevnom životu u Indiji kako bi stekla dodatna praktična iskustva i znanja o jogi. Ana aktivno sudjeluje u radu udruge JUSŽ kroz program „Ljetna joga u parkovima i na plažama Hrvatske“ i mnoge druge. Svoje vježbače motivira zaraznim optimizmom ali i kontinuiranom dosljednošću discipliniranog vježbanja. Svoju ljubav prema jogi nadopunjuje svojom predanošću prema očuvanju i zaštiti prirode. Slobodno vrijeme najčešće provodi u vrtu baveći se uzgojem organske hrane čime zaokružuje vegetarijanski pristup zdravom životu.*