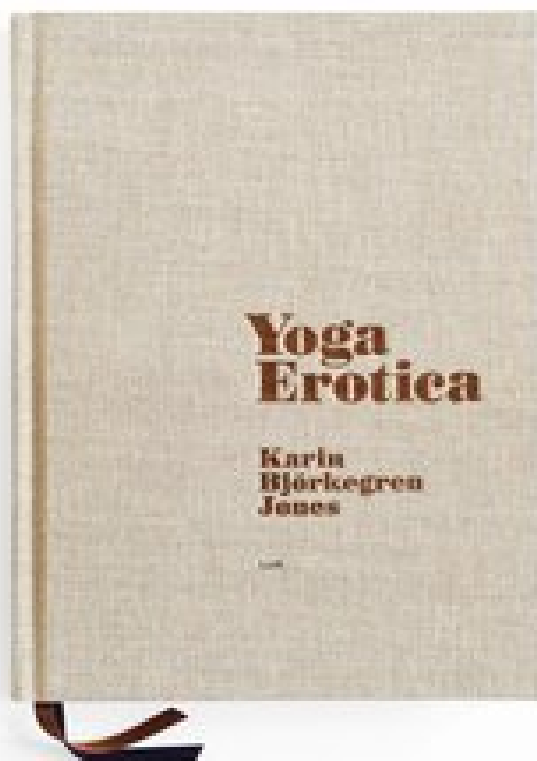


## **Yoga Erotica PDF**

**Karin Björkegren Jones**



*Det här är bara ett utdrag ur Yoga Erotica bok. Du kan hitta hela boken genom att klicka på knappen nedan.*



**DOWNLOAD PDF**

Författare: Karin Björkegren Jones

ISBN-10: 9789197954006

Språk: Svenska

Filesize: 4980 KB

## BESKRIVNING

Vad kan vi i väst lära oss av en mångtusenårig filosofi som yoga när det gäller sexualitet och erotik? Ganska mycket visar det sig. Yogaläraren och författaren Karin Björkegren Jones tar dig med på en resa genom yogan och andra orientaliska filosofier. I Yoga Erotica blandar hon egna erfarenheter och resonemang med fakta, intervjuer och träningskapitel, singel- och paryoga, tillits- och avslappningsövningar, och sexiga ställningar inspirerade av Kama Sutra. Yoga Erotica hjälper dig och din partner att bygga upp en mer kärleksfull och sexuellt laddad relation. Boken beskriver också hur du på egen hand kan bygga upp din kroppskänedom och självkänsla med yogan. Yoga Erotica är en vacker och inspirerande yogabok för både nybörjaren och den vana yogautövaren. - - OM KARIN BJÖRKEGREN JONES Karin är 47 år, journalist, författare och av YogaAlliance diplomerad yogalärare. Karin driver yogastudion YogaVita i Båstad och ger workshops i både Sverige och utomlands. Karin är en hängiven och entusiasmerande yogalärare, som drivs av att förmedla yogans budskap. Hon har byggt upp en stor kundkrets under ett årtiondes aktivt arbete med yogan. -- Yoga är min bästa pensionsförsäkring. Yogan har gjort mig gladare, starkare både fysiskt och psykiskt och jag står stadigare med fötterna på jorden sedan jag började yoga. Yogan gör att man gillar sig själv och så klart avspeglar det sig positivt på ens sexliv. Yogan gör inte bara din kropp smidigare, du lär dig att andas djupare och att vara här och nu. Tre bra saker som du sedan kan ta med dig in i sängkammaren, säger Karin. Karin har tidigare skrivit yogaböckerna Yoga för kvinnor (Prisma) och Yoga för livet (Norstedts). Karin har också gett ut tre instruktionsfilmer om Ashtangayoga i olika svårighetsgrad, och i våras kom den omfattande filmserien Yoga Liv, elva yogainstruktionsfilmer producerade av Pan Vision. - - --- Yoga Erotica innehåller fler än 50 övningar och ställningar och över 100 bilder, men också tydliga förklaringar och resonemang kring vad de är bra för och hur du ska utföra dem. -- Ställningarna och övningarna kommer att sporra ditt sexliv även om du aldrig har provat yoga tidigare. Samtidigt handlar boken inte bara om sex, utan även om ditt allmänna kroppsliga välbefinnande. -- Det är naket, sensuellt och stimulerande. Sex modeller mellan 26 och 46 år, varav två par, utför ställningarna och övningarna i boken. -- Boken är en ovanlig trycksak med ett mjukt lentyg på hårdpärm, endast kopparfolie på omslaget och ett midnattsblått och ett vinrött sidenbokmärke.

**VAD SÄGER GOOGLE OMDEN HÄR BOKEN?**

Pris: 204 kr. Inbunden, 2011. Finns i lager. Köp Yoga Erotica av Karin Björkegren Jones på Bokus.com. Boken har 3 st läsarrecensioner.

Pris: 204 kr. inbunden, 2011. Skickas inom 1-3 vardagar. Köp boken Yoga Erotica av Karin Björkegren Jones (ISBN 9789197954006) hos Adlibris.se. Fri frakt. Alltid ...

Hos Adlibris hittar du miljontals böcker och produkter inom yoga erotica Vi har ett brett sortiment av böcker, garn, leksaker, pyssel, sällskapsspel, dekoration ...

## YOGA EROTICA

[Fortsätt läsa...](#)