GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

Yogateca presenta las claves para practicar yoga en India

Actualidad Empresarial | 19/01/2022 | 00:00

Con el paso de los años, el yoga se ha consolidado como una práctica antigua asociada directamente con la búsqueda de bienestar físico y emocional, la relajación y la meditación. Por este motivo, esta práctica milenaria ha tenido una gran popularidad en la sociedad.

Ante esta situación, cada vez son más expertos los que coinciden en que practicar yoga en India es una buena alternativa para adquirir conocimientos puros sobre los orígenes de esta disciplina y alcanzar todos los beneficios que ofrece.

De esta manera, Yogateca es una web informativa cuyo objetivo es proporcionar la mayor cantidad de detalles acerca del yoga, desde los diferentes métodos de esta práctica, hasta los mejores lugares para practicar yoga en India.

Ventajas de estudiar yoga en India

Hoy en día, la experiencia de estudiar yoga en India es cada vez más recomendada, ya que este país se ha caracterizado por ser el epicentro para la práctica y aprendizaje de esta disciplina.

Más allá de un entrenamiento físico y emocional, en India el yoga se ha convertido en un estilo de vida tanto para los habitantes de este país como para visitantes del mismo. Por esta razón, en este territorio se pueden encontrar numerosos centros altamente reconocidos para la práctica de yoga dirigidos a todos los niveles.

Dentro de las principales razones para estudiar yoga en India, el portal de Yogateca señala que realizar cursos para el aprendizaje de esta disciplina supone un aprendizaje de mayor calidad y autenticidad, ya que los conocimientos provienen directamente de los profesores más experimentados.

De acuerdo a esta plataforma informativa, la diferencia del aprendizaje de yoga en India la marcan los maestros de este territorio, ya que proporcionan prácticas puras y con los medios adecuados para una enseñanza de alta calidad.

Centros para estudiar yoga en India

En India existen numerosos espacios para la práctica de yoga, cada ciudad encierra una gran cantidad de centros reconocidos con profesores de alta calidad en el desarrollo de este método.

Según la plataforma Yogateca, dentro de los espacios más destacados en India para el estudio y aprendizaje de yoga el centro Isha es uno de los principales.

De igual forma es posible encontrar el Centro Internacional de Yoga Kavaalya, el cual se ha caracterizado por combinar conocimientos milenarios para la práctica de yoga con instalaciones acondicionadas para proporcionar comodidad y seguridad a sus visitantes.

La escuela de Yoha de Bihar es otro de los centros destacados por Yogateca, el cual se enfoca en técnicas basadas en el desarrollo personal, así como tradiciones vedánticas, entre otros métodos.

Dentro de la plataforma digital Yogateca es posible encontrar mayor información acerca de los mejores centros de yoga en India y las ventajas de realizar esta práctica definitivamente en su punto de origen.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/164782-yogateca-presenta-las-claves-para-practicar-yoga-en-india.htm