

Островская Анна

19 октября 1979 года

Духовное имя: Гьян Пракаш Каур

Практику йоги начала в 2010 году.

В 2011 году прошла тренинг «Пробуждение духа», затем I и II Уровни подготовки учителей Кундалини-йоги школы Амрит Нам Саровар.

В 2012 году закончила обучение по программе Гурудасс Каур Child Play Yoga.

С 2014 года являюсь сертифицированным инструктором по Shakti Dance.

Веду регулярные классы по Кундалини йоге с 2012 года, выездные семинары и интенсивы.

В апреле 2015 года оставила офисную руководящую работу и перешла в Федерацию Учителей КЙ для развития проектов «САТТВА кафе», а затем интернет-магазина Кундалинишоп.

На протяжении 7-ми лет организую процесс питания в составе команды организаторов на Фестивалях Кундалини Йоги, на Белой Тантре.

Являюсь сертифицированным health-coach и специалистом по функциональному питанию.

Практика Кундалини йоги для меня - это возможность адекватно видеть и принимать окружающий мир, раскрывать собственный потенциал и поддерживать людей.