



Островская Анна

19 октября 1979 года

Духовное имя: Гьян Пракаш Каур

Практику йоги начала в 2010 году с классов Алексея Владовского в залах Федерации Йоги.

В 2011 году прошла тренинг «Пробуждение духа» и начала учебу на I Уровне подготовки учителей Кундалини-йоги школы Амрит Нам Саровар. В настоящее время продолжаю учебу на II уровне.

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 начала деятельность в Федерации по развитию проекта «САТТВА кафе».

В различные года организовывала выездную торговлю на Фестивалях Кундалини Йоги, на Белой Тантре.

Полностью организовала и руководила процессом обеспечения питания на Фестивале Кундалини Йоги в Абрау-Дюрсо в 2015 году.

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