

Агафонов Павел (ДайяДжот Сингх, Санкт-Петербург)

Йогой и восточными оздоровительными техниками интересовался всегда. Занимался хатха йогой и Интегральной йогой Шри Ауробиндо. За плечами почти 10-ти летний опыт практики карате-до, где понял важность дисциплины для укрепления и развития духа.

Параллельно занимался горным, лыжным и водным туризмом. В составе группы совершил зимний лыжный поход с восхождением на Вершину Моонгун-Тайга в Саянах, за что команда получила третье место по Советскому Союзу, а все участники - бронзовые медали. После чего проводил горные и лыжные походы в качестве инструктора.

Занимался дельтапланеризмом, увлекался горными лыжами, катаюсь с удовольствием до сих пор.

В конце 80-х годов учился в Астрологической Академии у Левина М.Б. и Шестопалова С.В.

Непосредственно Кундалини йогой стал заниматься 3 года назад и очень увлекся, поскольку это направление йоги даёт мощные инструменты для работы с умом и телом для повышения человеческих возможностей.

Окончив в Москве учительский тренинг школы Амрит Нам Саровар Уровня 1 в 2015г, стал преподавать офисную йогу в организации, где работаю сейчас, и в студии «Гонг». Дополнительно занимаюсь йогой Айенгара.

Первые учителя Кундалини йоги в Санкт-Петербурге: Леденцова Изабелла, Терентьева Татьяна и Шабанова Анастасия.