



## Music of Power Yoga So werden Sie fit!

Die indische philosophische Lehre YOGA (dt. „Einklang“) besteht aus einer Vielzahl geistiger und körperlicher Übungen, dient der Sammlung, Konzentration, Ausgeglichenheit und beabsichtigt das Einswerden mit Gott. Yogaübungen bieten einen ganzheitlichen Ansatz, der Körper/Geist/Seele in Einklang bringt, verbesserte Vitalität und innere Gelassenheit bewirkt. Diese CD soll Sie beim Yoga und Workoutprogramm optimal unterstützen! Die Tracks sind dynamisch und lebendig, fordern Sie sportlich heraus und motivieren Sie beim Training. Einfach CD einlegen, starten und genießen!  
*Tracks: Love (13:41), Raindrops (12:05), Sunshine (12:20), Wake up (12:50), Workout (13:17).* Viel Spaß und Namasté!

**Abbas & Kian Schirmohammadi, Shaker Media Verlag, Aachen, 2011, ISBN 978-3-86858-711-1**