



## **Tantra Kriya Yoga**

El relámpago que danza

---

Autor: Martínez, Saúl

Editorial: Sincronía Editorial

ISBN: 9788494392979

Páginas: 261

Dimensiones: 17 x 24 cm

Encuadernación: Rústica

---

PVP: 19,00 €

---

*Tantra kriya yoga, El relámpago que danza* es el apasionante libro que el autor propone sobre el mundo del Yoga y el Tantra. En esta ocasión, Saúl Martínez va desgranando uno por uno los ocho pasos clásicos del Tantra Kaula y, al mismo tiempo, va guiando al lector por una serie de ejercicios prácticos que le permitirán probar el sabor de estas disciplinas. Escrito con un especial rigor didáctico, el texto aborda, a partir de la experiencia práctica de su autor, temas muy diversos: desde un método de fisioterapia aplicada de forma individual al Hatha Yoga, hasta una aproximación a los mudras, las Kriyas, aspectos de Tantra tibetano o la Puja Maithuna. Este es, sin duda, un libro de obligada lectura para los estudiosos del Yoga en general y para todos aquellos que ejercen como profesores de Yoga o se están formando.