

**Yoga mit Alex Fraim**  
Zertifizierter Iyengar® Yogalehrer  
Klinischer Ayurveda-Spezialist  
T: 07681 4979922 | info@alexxyoga.de  
www.alexxyoga.de

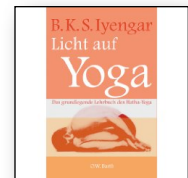


## Empfohlene Yoga-Bücher\*:

### **Licht auf Yoga**

von *B.K.S. Iyengar*

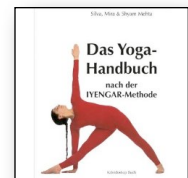
Verlag: *O.W. Barth*



### **Das Yoga-Handbuch nach der Iyengar-Methode**

von *Silva, Mira & Shyam Mehta*

Verlag: *Christian*



### **Yoga. Der Weg zu Gesundheit und Harmonie**

von *B.K.S. Iyengar*

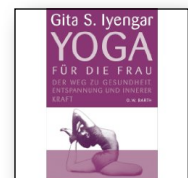
Verlag: *Dorling Kindersley*



### **Yoga für die Frau**

von *Gita S. Iyengar*

Verlag *O.W. Barth*



*Diese Bücher sind in vielen Buchhandlungen erhältlich sowie online bei z.B. [www.amazon.de](http://www.amazon.de).*

*\* Es gibt zahlreiche andere empfehlenswerte Yoga-Bücher, aber diese sind meiner Meinung nach die erste vier, die man als Iyengar-Yoga-Übende/r kaufen sollte.*