



## قیمت پکیج های یوگا در خانه

نام پکیج	قیمت آنلاین	قیمت DVD	قیمت آنلاین + DVD	توضیحات
پکیج جامع یوگا در خانه	۳۲۹.۰۰۰	۳۵۹.۰۰۰	۴۱۹.۰۰۰	شامل ۳ پکیج مقدماتی + یوگا متوسطه + رهاسازی
پکیج جامع (فلش مموری)		۳۹۹.۰۰۰	۴۵۹.۰۰۰	مخصوص کامپیوتر (قیمت USB و آنلاین+USB)
یوگا روزانه مقدماتی	۱۹۰.۰۰۰	۲۱۰.۰۰۰	۲۵۹.۰۰۰	(سه ماه برنامه تمرینی همانند باشگاه)
یوگا روزانه متوسطه	۲۳۰.۰۰۰	۲۵۰.۰۰۰	۲۹۹.۰۰۰	(پنج ماه برنامه تمرینی همانند باشگاه)
یوگا روزانه پیشرفته	۲۷۰.۰۰۰	۲۹۰.۰۰۰	۳۳۹.۰۰۰	(پنج ماه برنامه تمرینی همانند باشگاه)
رها سازی و مدیتیشن	۱۴۰.۰۰۰	۱۶۰.۰۰۰	۱۹۹.۰۰۰	تمرینات کامل مدیتیشن
کمک درمانی و حرکات اصلاحی	۲۷۰.۰۰۰	۲۹۰.۰۰۰	۳۳۹.۰۰۰	دست، کتف، شانه، گردن، ستون فقرات، کمر، زانو، آرتروز، گوارش
هماهنگ کننده ذهن و جسم	۲۳۰.۰۰۰	۲۵۰.۰۰۰	۲۹۹.۰۰۰	درمان استرس، اضطراب، افسردگی و افزایش انرژی بدن
انعطاف پذیری و قدرت	۲۱۰.۰۰۰	۲۳۰.۰۰۰	۲۷۹.۰۰۰	افزایش انعطاف پذیری کامل بدن
پرانایاما (تنفس + مودرا)	۳۲۰.۰۰۰	۳۵۰.۰۰۰	۳۹۹.۰۰۰	تمرینات کامل از مقدماتی تا پیشرفته
حرکات مرجع یوگا	۳۲۰.۰۰۰	۳۵۰.۰۰۰	۳۹۹.۰۰۰	پکیج کامل آساناها از مقدماتی تا پیشرفته برای مربیگری و یادگیری کامل یوگا
قهرمانی و آکرویوگا	۲۹۰.۰۰۰	۳۴۰.۰۰۰	۳۹۹.۰۰۰	آساناهای ترکیبی مسابقه ای

### پکیج های ترکیبی با ۲۰% تخفیف

عنوان	قیمت آنلاین	قیمت DVD	قیمت آنلاین + DVD
پکیج جامع + کمک درمانی	۵۹۹.۰۰۰	۶۴۹	۷۵۸
پکیج جامع + یوگا پیشرفته	۴۷۹.۰۰۰	۶۴۹	۵۹۹.۰۰۰
پکیج جامع + هماهنگ کننده ذهن و جسم	۴۴۹.۰۰۰	۶۰۹	۵۶۹.۰۰۰
پکیج جامع + انعطاف و قدرت	۴۲۹.۰۰۰	۵۸۹	۵۵۹.۰۰۰
پکیج جامع + پرانایاما	۵۱۹.۰۰۰	۷۰۹	۶۴۹.۰۰۰
پکیج جامع + حرکات مرجع	۵۱۹.۰۰۰	۷۰۹	۶۴۹.۰۰۰
یوگا پیشرفته + پرانایاما	۴۶۹.۰۰۰	۶۴۰	۵۸۹.۰۰۰
یوگا پیشرفته + حرکات مرجع	۴۶۹.۰۰۰	۶۴۰	۵۸۹.۰۰۰

### پکیج های کامل با تخفیف ویژه

عنوان	قیمت آنلاین	قیمت DVD	قیمت آنلاین + DVD
پکیج جامع + یوگا پیشرفته + پرانایاما + حرکات مرجع	۹۴۹.۰۰۰	۳۳۹	۱.۰۴۹.۰۰۰
پکیج جامع + یوگا پیشرفته + پرانایاما + حرکات مرجع + کمک درمانی + هماهنگ کننده ذهن و جسم + انعطاف و قدرت	۱.۴۴۹.۰۰۰	۳۱۹	۱.۷۹۹.۰۰۰