

Literatur-Empfehlung

### Licht auf Yoga

B.K.S. Iyengar O.W. Barth ISBN 978-3-502-633341  
(in diesem Buch stehen alle Asanas, Klassiker)

### Licht auf Pranayama

B.K.S. Iyengar O.W. Barth ISBN 978-3-502-633365  
(Atemtechniken)

### Der Urquell des Yoga Die Yoga-Sutras des Patanjali

B.K.S. Iyengar O.W. Barth ISBN 978-3-426-29107

### Licht fürs Leben (Philosophie)

B.K.S. Iyengar O.W. Barth ISBN 978-3-502-61183-7

### Der Weg zu Gesundheit und Harmonie

B.K.S. Iyengar Dorling Kindersley ISBN 3-8310-0219-3

### Iyengar Yoga in der Menopause

Thieme ISBN 978-3-13-198531-6  
Geeta S. Iyengar, Rita Keller, Kerstin Khattab

### Iyengar Yoga für Mütter und werdende Mütter

Thieme ISBN 978-3-13-198551-4  
Geeta S. Iyengar, Rita Keller, Kerstin Khattab

### Iyengar-Yoga für gesundes Altern

Rita Keller Thieme ISBN 978-3-947191-04-8

### Mein Yoga (Asanas und Philosophie)

B.K.S. Iyengar Dorling Kindersley ISBN 978-3-8310-1496-5

