

# UMAA INDER EN MONTERREY



POR: **PLAYERS OF LIFE**  
21 SEPTIEMBRE 2016



Considerada como una de las mayores influencias dentro del yoga a nivel mundial, la gurú Umaa Inder estuvo en la ciudad compartiendo su conocimiento a través de una serie de talleres de yoga tradicional. Estos fueron impartidos en Casa Shakti, casa de yoga en San Pedro que fue fundada en el año 2000. Fue precisamente la Directora de este centro, Claudia González, la encargada de invitar a Umaa a la ciudad.

"Decidí venir porque tres años atrás conocí a Claudia y de manera personal me invitó a venir, hecho que fue muy importante para mí, el que me pidieran que viniera a compartir con la gente mis conocimientos en mi curso", comentó Inder.

Umaa es Directora y Maestro Senior del Sistema Alineación Sinérgica de Tantra, Yoga y Ayurveda (SATYA). Desde muy corta edad sintió el llamado a través de sueños y descubrió que su futuro sería conocer a su maestro, para poder convertirse en maestra de maestros. Los cursos impartidos por Umaa se diferencian de otras clases de esta naturaleza, debido a que en ellos se va más allá de las tradicionales posturas, estando enfocados en la esencia de lo que es el yoga y en lo que está detrás de cada movimiento.



Ayudando a reflexionar a sus alumnos sobre cómo poder encontrarse a sí mismos, Inder llegó a Monterrey el pasado 29 de agosto, y asegura que fue recibida de manera muy acogedora, sintiéndose muy sorprendida por la belleza de las montañas que caracterizan nuestra relieve y la manera en la que sus habitantes interactúan con la naturaleza.

Con un muy buen sabor de boca respecto a su primer visita al país, Umaa asegura le encantaría regresar en un futuro para poder continuar compartiendo su conocimiento, además de tener la oportunidad de explorar la ciudad y sus montañas.

Los más de 80 asistentes a los cursos de Umaa disfrutaron de diversas pláticas, en las que abordaron temas como el por qué estamos aquí y para qué vinimos; así como de distintas técnicas de respiración y relajación.

