

## 隐瑜伽InYoga

隐瑜伽 (IN YOGA)，有超过半个世纪历史的现代瑜伽修习体系，由隐瑜伽学院 (IN YOGA ACADEMY)的创立开始，强调瑜伽不是单纯的体式练习，而是不断向内探究自我并且在实际生活中不断践行瑜伽理念的过程。

半个世纪以来，我们专注于瑜伽，倾力带领会员新的生活方式。我们提供练习场馆，这里是工作、家庭之外的第三空间，遵循着“大隐于市”的哲学理念，点一杯清茶，借几缕烛光，让身心在这里融化；

我们拥有严谨的课程体系，我们将推动全世界范围内的优秀瑜伽导师来到中国，帮助会员在原有生活惯性里，安排出规律的练习时间，让生活更加健康而充满新鲜；

在IN YOGA体系里，瑜伽绝不仅仅是几个体式法，在日积月累的练习之后，瑜伽将融入生活，内化为每一个会员的生活理念和态度，我们一直专注于此。

本文链接：<https://dqcm.net/wenan/yyginyog-209349.html>