



### STRESZCZENIE

Wykaz literatury dostępnej w Miejskiej Bibliotece Publicznej w Chrzanowie dotyczącej zagadnień związanych z praktyką jogi, filozofią indyjską, związkami ciała i umysłu, medytacji i samodoskonalenia.

**Ewelina Langer**

Dział Czytelni i Multimedialności

## ZESTAWIENIE BIBLIOGRAFICZNE

1. Hatha-joga dla wszystkich / Malina Michalska. - Wyd. 2. - Warszawa : Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, 1974.  
(Zdrowie Dla Wszystkich)  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
2. Hatha-joga dla wszystkich / Malina Michalska. - Wyd. 3. - Warszawa : Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, 1978.  
(Zdrowie Dla Wszystkich)  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
3. Joga - indyjski system filozoficzny, leczniczy i pedagogiczny / Andrzej Szyszko-Bohusz. - Wrocław [etc.] : Polska Akademia Nauk, 1978.  
(Nauka Dla Wszystkich ; Nr 299)  
**Sygnatura:** 14  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
4. Joga - kompletny przewodnik dla początkujących : pozycje i proste wskazówki, które pomogą Ci w praktykowaniu jogi we własnym domu / Cory Martin ; [tłumaczenie: Agata Parafjańczuk]. - Wydanie I - dodruk. - Białystok : Wydawnictwo Vital, 2021.  
**Sygnatura:** 615  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
5. Joga / Joan Budilovsky, Eve Adamson, Carolyn Flynn ; przeł. Anna Zdziemborska. - Poznań : Dom Wydawniczy Rebis, 2007.  
(Dla Żółtodziobów...)  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
6. Joga / Krystyna Nasiukiewicz. - Warszawa : Krajowa Agencja Wydawnicza, 1980.  
(Wszystko o...)  
**Sygnatura:** 796/799  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
7. Joga / Milan Polasek ; tł. Teresa Marcinów, Zdzisław Marcinów. - Warszawa : Sport i Turystyka, 1991.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** Filia os Południe
8. Joga / [tł. Elżbieta Kowalewska] ; Sivananda Yoga Vedanta Centre. - Warszawa : Wiedza i Życie, cop.1998.  
(101 Praktycznych Porad)  
**Sygnatura:** 615  
**Lokalizacja:** Filia w Płazie

9. Joga : ćwiczenia ciała i ducha / Vimla Lalvani ; z angielskiego przełożył Włodzimierz Łagodzki. - Warszawa : "Diogenes" : "Świat Książki", 1998.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** Filia os Południe
10. Joga : energia, równowaga, siła / Andre van Lysebeth ; tł. Maksymilian d'Obezjaninow, Sylwia Olejniczak. - Białystok : Studio Astropsychologii, 2003.  
**Sygnatura:** 615.82 , 615  
**Lokalizacja:** Filia os Południe , wypożyczalnia
11. Joga : jak ćwiczyć, korzyści, przeciwwskazania / E. R. Ram Kumar ; wybrał i przeł. Mikołaj Skokowski. - Gdańsk : KWM, 1993.  
**Sygnatura:** 615  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
12. Joga : przewodnik dla początkujących / Howard Kent, Claire Hayler ; tł. Anna Klingofer. - Warszawa : Bellona, cop. 2006.  
**Sygnatura:** 796/799  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
13. Joga : równowaga wewnętrzna połączona z harmonią ciała, duszy i umysłu / Christiana Brown ; [tłumaczenie Ewa Jaroszewicz]. - Bath : Parragon, copyright 2006.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** Filia w Płazie
14. Joga : siedem duchowych praw z ćwiczeniami / Deepak Chopra, David Simon ; przekł. Dariusz Bakalarz. - Warszawa : Studio EMKA, cop. 2006.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
15. Joga : sposób na stres / Swami Shivapremananda ; przeł. Anna Bezpiańska-Ogłęcka. - Warszawa : Bis, 1999.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
16. Joga dla ciebie / Jan Młotkowski. - Poznań : Krajowa Agencja Wydawnicza, 1990.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
17. Joga dla każdego : ćwiczenia ciała i oddechu / Kareen Zebroff ; z niem. przeł. Mirosława Chmielewska-Dryszel. - Warszawa : Świat Książki, 1994.  
**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia
18. Joga dla każdego : praktyka, specjalne programy ćwiczeń, techniki oddechowe / Kareen Zebroff ; tł. Dariusz Łyżnik. - Warszawa : ABA, cop.2000.  
**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** Filia os Kąty , wypożyczalnia

19. Joga i ajurweda : przewodnik dla współczesnego człowieka / Bartosz Niedaszkowski. - Wydanie 2. - Łódź : Galaktyka, 2018.

**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** wypożyczalnia

20. Joga kręgosłupa / Alois Raab ; przekład Paula Krajewska. - Warszawa : Oficyna Wydawnicza ABA, [2010].

**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** Filia w Balinie , wypożyczalnia , czytelnia

21. Joga kręgosłupa : uśmierzanie bólu pleców / Alois Raab ; przekł. Paula Krajewska. - Warszawa : Oficyna Wydawnicza "Interspar", [2002].

**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** wypożyczalnia

22. Joga lecznicza / Ravi Javalgekar ; [oprac. tekstu na podst. przekł. Marii Głowackiej]. - Wyd. 2 - Łódź : Wydawnictwo Ravi, 2002.

(Energia Życia)

**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** Filia w Płazie

23. Joga na depresję / Amy Weintraub ; z ang. przeł. Marcin Stopa. - Warszawa : Bauer-Weltbild Media, 2005.

**Sygnatura:** 613

**Lokalizacja:** wypożyczalnia

24. Joga odchudzająca / Celia Hawe ; przekł. Barbara Górecka ; fot. Francesca Yorke. - Warszawa : Bellona, cop. 2009.

**Sygnatura:** 613

**Lokalizacja:** wypożyczalnia

25. Joga w pospolitych dolegliwościach / Robin Monro, R. Nagarathna, H. R. Nagendra ; fot. Fausto Forelli ; tł. z ang. Zbigniew Uroda. - Warszawa : Delta, [1995].

(Życie bez Chorób)

**Sygnatura:** 615

**Lokalizacja:** wypożyczalnia

26. Joga wyszczuplająca. - [Warszawa : Marquard Media Polska, 2009].

**Sygnatura:** 791.22

**Lokalizacja:** Dział Multimedialny

27. Klasyczna joga indyjska : Jogasutry przypisywane Patańdzalemu i Jogabhaszja, czyli komentarz do Jogasutr przypisywany Wjasie / przeł. z sanskrytu, wstęp, posł. i oprac. Leon Cyboran. - Warszawa : Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1986.

(Biblioteka Klasyków Filozofii)  
**Sygnatura:** 14  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia

28. Nauka jogi w weekend / fot. Jane Stockman ; tł. Elżbieta Kowalewska. -  
Warszawa : Wiedza i Życie, 2000.

**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia

29. Odchudzająca joga / Jan Maddern ; przeł. z ang. Marek Cegięła. - Warszawa :  
Klub dla Ciebie - Bauer-Weltbild Media, 2005.

**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** Filia w Płazie

30. Patańdźali i joga / Mircea Eliade ; oprac. Jerzy Prokopiuk. - [Warszawa] : Pegaz,  
cop.1994.

(Biblioteka Wschodu)  
**Sygnatura:** 2  
**Lokalizacja:** czytelnia

31. Patent na młodość : wyglądamy świetnie i czujemy się sexy w każdym wieku / Kathy  
Smith, Robert Miller, Micheline Berry ; z jęz. ang. przeł. Ewa Czerwińska. -  
Warszawa : Bauer-Weltbild Media, 2005.

**Sygnatura:** 613  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia , Filia os Południe

32. Podstawy jogi : sposób na zdrowe ciało i wewnętrzną harmonię / Vilma Lalvani ;  
tł. Piotr Jaworski. - Warszawa : Wiedza i Życie, 2005.

**Sygnatura:** 613.7 , 615  
**Lokalizacja:** Filia os Południe , Filia w Balinie , wypożyczalnia

33. Podstawy jogi królewskiej / Rammurti S. Mishra ; tł. Michał Uroczyński. -  
Sosnowiec : Trickster, 1995.

**Sygnatura:** 2  
**Lokalizacja:** Filia w Płazie

34. Pocerka : moje życie w dwudziestu trzech pozycjach jogi / Claire Dederer ; przeł.  
Agnieszka Walulik. - Warszawa : Wydawnictwo W.A.B., 2012.

**Sygnatura:** 929  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia

35. Teoria i metodyka ćwiczeń relaksowo-koncentrujących / pod red. Stanisława  
Grochmala. - Wyd. 4. - Warszawa : Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich,  
1986.

**Sygnatura:** M6 , M 6  
**Lokalizacja:** wypożyczalnia