

De ultieme achteroverbuiging

Van yogameester Iyengar kreeg *Tiriang Mukhottanasana* de allerhoogste graad van moeilijkheid toebedeeld, dus lang niet iedereen zal deze eindhouding kunnen bereiken. Maar met elke centimeter die je verder achteroverbuigt, laat je de wereld meer zien wie je bent.

Tekst: Christel Jansen, beeld: Harold Pereira, styling: Sandra Kissels, visagie: Manonne Boerema, model: Lisa Hattem, www.whitelightyoga.com, broek: Flip Flop, www.flip-flop.de, shirt: Yogisha, www.yogisha.nl



Tiriang Mukhottanasana