

Jak wypełnić test?

Przeczytaj uważnie tabelę. Następnie wybierz odpowiedź, która najbardziej pasuje do Ciebie. Jeśli uważasz, że wszystkie odpowiedzi opisują Ciebie, to zaznacz trzy odpowiedzi, jeśli dwie to je zaznacz. Omiń pytanie, gdy nie znajdziesz odpowiadającego Tobie opisu.

Po zakończeniu testu, podsumuj wyniki w kolumnach, np. VATA – 10, PITTA – 10, KAPHA 5.

Taki wynik wskazuje, że jesteśmy osobowością Vata-Pita.

Zagląдай na stronę, by znaleźć opisy osobowości i wskazówki dotyczące odżywiania, uprawiania jogi, itd.



Waga Media  
**Elżbieta Kwasek-Hortmanowicz**

ul. Jesienna 3, Nowa Iwiczna  
05-509 Piaseczno

NIP: 118-130-13-54  
REGON: 017325890

tel./fax: +48 22 701 40 39  
tel.: + 48 604 238 437

ajoga@ajoga.pl  
www.ajoga.pl