

# Est-ce que c'est du yoga ça?

## Une concentration qui demande de l'entraînement

Le yoga c'est la maîtrise du mental. Voyez cette vidéo de deux personnes (on en voit aussi une troisième qui filme) qui saute depuis le plus haut édifice du monde

## Voir aussi

- Selon occ-yoga.org: [Est-ce du yoga?](#)
- [Le yoga mis à nu](#)

## Pages reliés à celle-ci

No pages link to [Est-ce que c'est du yoga ça](#)