

A shared breath by the Yeruu River



A quiet morning practice beside the Yeruu River, in the rural landscape Zola calls home.

On two mornings beside the Yeruu River, Zola Purevsuren will share a gentle practice combining Hatha-Vinyasa, conscious breathing, fluid movement and deep relaxation.

Yeruu River Flow is not about performance or achieving a perfect shape. It is an invitation to slow down, listen to the body and move with the unforced continuity of the river.

"Breathe by the river. Move like the river. Reconnect with your body."

- Zola Purevsuren

EVENT DETAILS

26-27 September 2026 / 08:00-09:00

Yeruu Lodge / Javkhlant Municipality / Selenge Province / Mongolia

Gentle Hatha-Vinyasa / Breathing / Deep relaxation

Participation: donation-based

OFFICIAL CONTACTS

Venue: yeruu.com / [@yeruu_lodge](https://www.instagram.com/yeruu_lodge) / booking@yeruu.com / +976 8080 7000

Teacher: [@zolaaangel](https://www.instagram.com/zolaaangel) / zolangel.com

Press and collaboration: connect@zolangel.com

Ерөө голын эрэгт хамтдаа амьсгаа авах өглөө

Төрсөн нутгийнхаа Ерөө голын хөвөөнд өөрийн дадлагаасаа хуваалцаж, та бүхэнтэй хэсэгхэн хугацаанд хамт амьсгалан, тайвшрах гэж байгаадаа баяртай байна.

Сэлэнгэ аймгийн Жавхлант сумаар нутагтай Зола Пүрэвсүрэн 2026 оны 9 дүгээр сарын 26, 27-ны өглөө Yeruu Lodge-д иогийн дадлагаасаа хуваалцана.

Хөтөлбөрт зөөлөн Хатха–Виньяса хөдөлгөөн, амьсгалын дасгал болон гүн тайвшрал багтана. Энэ бол үзүүлбэр, төгс хэлбэрийн тухай биш. Ерөө голын эрэг дээр түр саатан, хөнгөн хөдөлж, хамтдаа нэг амьсгаа авах энгийн уулзалт юм.

“Ерөө голынхоо эрэг дээр түр саатан, хамтдаа нэг амьсгаа авцгаая.”

— Зола Пүрэвсүрэн

АРГА ХЭМЖЭЭНИЙ МЭДЭЭЛЭЛ

2026 оны 9 дүгээр сарын 26–27 / 08:00–09:00

Yeruu Lodge / Жавхлант сум / Сэлэнгэ аймаг / Монгол

Зөөлөн Хатха–Виньяса / Амьсгал / Гүн тайвшрал

Оролцоо: сайн дурын хандиваар

АЛБАН ЁСНЫ ХОЛБОО

Yeruu Lodge: yeruu.com / [@yeruu_lodge](https://www.instagram.com/yeruu_lodge) / booking@yeruu.com / +976 8080 7000

Зола: [@zolaaangel](https://www.instagram.com/zolaaangel) / zolangel.com

Хэвлэл мэдээлэл, хамтын ажиллагаа: connect@zolangel.com

Sources: Yeruu Lodge official website and contact page; ZolAngel official event page. Access and booking details should be confirmed directly with Yeruu Lodge.