

Yoga

vivi con noi
tre giorni
di vero yoga

C'è yoga e yoga?

Si. In effetti - grazie alla grande diffusione che sta avendo in questi anni - assistiamo a volte all'uso improprio o all'abuso della parola yoga accostata, declinata, proposta in tutte le salse. La dodicesima edizione di Yoga Festival vuole allora concentrarsi su un tema chiaro - la Vibrazione, da cui Suono e Musica - e offrire uno yoga autentico attraverso tre panorami: tradizione, innovazione, discovering. All'insegna della qualità. Seguiteci in questo viaggio unico!

festival
milano

10-11-12
novembre

fabbricadelvapore



Yoga

festival milano

venerdì 10
sabato 11
domenica 12
novembre

fabbricadelvapore
via procaccini, 4
milano

Una nuova casa per il Festival

E' la "Fabbrica del Vapore" che accoglie quest'anno YogaFestival 2017 a Milano. La struttura in suggestivi mattoncini rossi, del 1899, fu una importante fabbrica di vetture tranviarie fino dopo gli anni '20. Dopo molte vicissitudini e abbandoni, il Comune l'ha ristrutturata destinandola per arte e cultura. Ringraziamo il Comune di Milano che ospita il nostro festival in un'oasi di quiete, rara da trovare in città.



La nuova location
Fabbrica del Vapore a Milano



SUPERSPECIAL EVENT!

It's **Yoga Beats** Conflict!

Sarà un appuntamento speciale quello che David Sye offre venerdì 10 novembre dalle 18 alle 19.15 allo YogaFestival, reso possibile dal supporto di **LENOVO YOGA**: è già il quarto anno che **LENOVO YOGA**, azienda numero 1 al mondo nel mercato PC, affianca e sostiene YogaFestival, l'evento più importante d'Italia di questa disciplina. Quest'anno anche **LENOVO** si focalizza con noi nel diffondere questa via per gestire i conflitti: la pratica di David offre un metodo efficace per smontare l'aggressività e mirare al ciò che il cuore esprime.

Tutto il lavoro di David nello yoga ha come filo conduttore la sua dedizione alla Pace, alla risoluzione dei conflitti - piccoli o grandi, personali o generali

- ad abbassare l'aggressività e innalzare la consapevolezza. La sua associazione nonprofit **YogaBeats (Conflict)** lavora da anni nella WestBank (Gaza) organizzando incontri yoga a forte vocazione pacifista con studenti palestinesi e israeliani. Lo yoga "freestyle" che propone è coinvolgente, liberatorio, anticonvenzionale e profondamente consapevole, la pratica emoziona e la condivisione è largamente parte di essa. L'incontro, la cui partecipazione è gratuita, è consigliato anche a chi lavora con comunità e gruppi di persone che faticano a integrarsi. YogaFestival e Lenovo contribuiscono alla diffusione di YogaBeats con una donazione alla Associazione omonima. ■

Antonio Nuzzo nella Sala Riflessioni Yoga



Come suona bene questo Festival!

E' davvero una sorpresa questo dodicesimo appuntamento, che si prefigge di esplorare la relazione del suono vibratorio e musicale con la pratica dello yoga. Relazione che esiste ed è presente già dal periodo vedico e upaniṣadico, quando l'energia sonora era interpretata come matrice originaria del Tutto. Senza andare così lontano abbiamo chiesto ai nostri ospiti, alcuni per la prima volta a Milano, di esplorare con noi questo aspetto e il risultato è, ci sembra, molto interessante: per noi, ma speriamo anche per voi. ■

Antonio Nuzzo, grande insegnante nella tradizione di André van Lysebeth, nella giornata di sabato, alle 12.00 e alle 18.00, propone due incontri di un'ora dedicati a una citazione dello **Hatha Yoga Pradīpikā** "Senza haṭha non c'è rāja-yoga e, senza rāja-yoga, hatha non produce nessun risultato. E' perciò che bisogna praticare l'uno e l'altro fino alla loro realizzazione finale." La sala Riflessioni Yoga sarà uno spazio per riflettere e comprendere come realizzare quella sinergia necessaria per riuscire a tenere in azione la purezza dell'intenzione nell'azione. Posti limitati. Non è necessario prenotare. ■

Direzione generale
Giulia Borioli

**Produzione e
amministrazione**
Massimo Maggioni

Coordinamento
Chiara Postorino

**Responsabili
espositori**
Change Up

Art Direction
Davide Monguzzi
Olisticmap

Grafica
Rosaria D'Aietti

**Ufficio stampa e
comunicazione**
Annalisa Nunziata

Supporto tecnico
Omar Bigi
Eric Standaert

**Responsabile Progetti
Speciali**
Claudia Buzzetti

Grazie di cuore a tutti i volontari per il loro contributo sempre generoso e prezioso. Grazie a tutto lo staff della Fabbrica del Vapore per la preziosa collaborazione.

Yogafestival è prodotto dall'Associazione dall'Associazione T.A.O., e da Namaste s.r.l. La manifestazione è riservata ai soci T.A.O., ed è l'evento annuale di tesseramento. La tessera soci si può richiedere online tutto l'anno oppure all'ingresso del Festival. Gli orari indicati sul programma sono suscettibili a variazioni.

YogaFestival
Via Tortona 27 - 20144
Milano
Tel. 02 45494055
342 6968229
info@yogafestival.it

Stampa Mediaprint srl
Via Mecenate 76/32 - Milano

COSA NON TI DEVI PERDERE



Nomi nuovi (o quasi) a Yoga Festival. Ecco tutte le novità che troverete quest'anno

Raghnath Cappelletti ad esempio, di passaggio a Milano ci privilegia fermandosi al festival: prima di essere insegnante di Yoga tra i più seguiti in America è stato per molto tempo monaco hindu e frontman di un gruppo punk-rock. Tante esperienze hanno forgiato una personalità generosa e potente e insegna in modo innovativo e coinvolgente. **PER MENTI APERTE.**

Pedro Franco Premananda, viene dal Brasile e, a dispetto della sua prestante fisica che a volte fa passare in secondo piano la sua bravura, è un insegnante a tutto tondo, seriamente votato all'insegnamento, dello Yoga di Patanjali e del Tantra. Vive l'insegnamento come una missione, con umiltà e gioia. **PER CHI TEME GIUDIZI.**

Patrick Torre è maestro di Yoga del Suono, un aspetto che studia



e insegna da moltissimi anni e lo ha reso un punto di riferimento nel suo campo per coloro interessati alla potenza vibratoria del suono. **PER CHI VUOLE ASCOLTARSI.**

Philippe Djoharikian, ospite in passato del festival dal quale manca da anni, passa da sempre metà del suo tempo nei luoghi impervi dell'Himalaya seguendo sadhu e mistici che lo hanno formato ad una pratica potente, energetica e sottile. L'altra metà lo passa in viaggio o a Montpellier, dove vive con la famiglia e insegna in un tepee indiano. **PER CHI VUOLE SCUOTERE IL SISTEMA NERVOSO.**

Amina Annabi ha una sua storia. Francese, origini tunisine, figlia di un'insegnante di yoga, pratica, canta e suona fin da piccolissima. Fino all'incontro con Bertolucci

**Qui sopra
Pedro Franco
e accanto
Raghnath**



**Patrick
Torre**



**Philippe
Djoharikian
e accanto
Amina Annabi**

che, durante le riprese de "Il the nel Deserto", la chiama per le sue musiche ma, vedendola, la convince a recitare una piccola e importante parte nel film. Da quella esperienza, positiva (ma scioccante) le viene la forza per approfondire i canti antichi e la vibrazione delle emissioni vocali. **PER CHI AMA LA MUSICA.** **Cristina Rapisarda Sassoon**, insegnante milanese, è anche

Cristina Rapisarda Sassoon



lei per la prima volta al festival. Insegna Sampoorna Yoga, yoga della completezza nel lignaggio Sivananda, che armonizza equilibratamente tutti gli aspetti dello yoga, dall'Hatha al Raja fino al Nada Yoga. Con la sua voce stupenda e il talento di musicista inserisce il canto nella routine della pratica come nessuno. **PER CHI SENTE IL CANTO INTERIORE.** ■

Shanti Mantra
tra workshop e
concerto



Nitya&Ninad

Nitya&Ninad hanno suonato per YogaFestival durante la celebrazione del 21 giugno, quest'anno a Milano. 1200 partecipanti hanno chiuso gli occhi e cantato mantra e kirtan con loro, trascinati dalla ipnotica voce di Nitya e dalla musica. **Domenica 12 al festival propongono un incontro su Shanti Mantra o il Mantra della Pace**, sviscerandone il significato con musica e canto. Come sempre, il suono fa vibrare in noi corde nascoste e guaritrici producendo effetti positivi sulla nostra psiche, spesso schiacciata dalla vita. Sarà un viaggio alla scoperta di noi stessi e delle nostre potenzialità guidati dall'esperienza performativa della coppia, sviscerando il Mantra della Pace che ci protegge contro "invidia e malvagità". ■

VADEMECUM_



C'è un nuovo Ashram in città

Cosa è un ashram? Molti se lo chiedono, pochi lo hanno vissuto veramente.

Al festival ecco la possibilità di "toccare" con mano la vita che si fa grazie alla presenza dell'unico ashram induista presente in Italia.



Ashram in Città

uno spazio che riproduce il più fedelmente possibile l'ambiente e il ritmo di un Ashram indiano

Lo pensavamo da tempo e ora c'è! È con vera gioia che il festival ospita quest'anno un "assaggio" della vita di un vero ashram. Realizzato in collaborazione con il **Matha Gitananda Ashram di Savona**, unico monastero induista in Italia, lo spazio dedicato riproporrà la vita classica dell'ashram a cui si potrà accedere e frequentarne i vari momenti. **Dalla puja del mattino alla cerimonia della sera** ci sarà il tempo per pratica di Yoga classico, canti, letture dei testi e molto altro. Ci si prenota sul posto, fino a esaurimento posti. Una esperienza di Yoga veramente a 360° aperta a tutti, che apre il cuore e la mente, che raccomandiamo di non perdere. **SABATO E DOMENICA. ■**

Niccolò Branca



Economia e Spiritualità, la visione di Niccolò Branca

Niccolò Branca è decisamente un imprenditore illuminato. Sesta generazione a gestire le **Distillerie Branca**, business di famiglia - quelle del Fernet per capirci - è nostro ospite al festival: ci teniamo molto a sentire da lui come ha portato la pratica dello Yoga e della meditazione in ufficio, inseriti nella routine d'azienda, con grande beneficio di lavoratori e impiegati. **Conciliare l'aspetto "umano" con il mondo dell'impresa** non deve essere stato facile ma i risultati sono totalmente positivi. "La mia famiglia ha sempre privilegiato, nell'impresa, l'aspetto umano, la qualità sul lavoro, l'etica e la relazione tra le persone. I corsi di yoga, gli uffici accoglienti, gli incontri con esperti di discipline olistiche, l'alimentazione curata nella mensa e tante altre ci ha permesso di creare un ambiente di lavoro piacevole per tutti: e questo, nei risultati economici, si traduce in una crescita continua e "pulita". L'incontro con Niccolò Branca, a ingresso libero, sarà condotto da Guido Gabrielli direttore di Yoga Journal. **SABATO MATTINA. ■**



Più che sponsor, veri amici.

Sono i partners di YogaFestival, tra i pochi che abbiamo accettato, in linea con il nostro pensiero di sostenibilità.

La new entry **AVEDA**, azienda leader nella cosmesi per i capelli - ecologica, niente test su animali, solo materie prime naturali, ispirata alle basi dell'Ayurveda (da cui il nome) - entra nel piccolo gruppo dei brand che ci seguono: al festival, profumeranno le sette sale di pratica con essenze ispirate ai 7 chakra (sentiretel) e sosterranno Yoga for Water, progetto di raccolta fondi per Oxfam. Offrono anche un piccolo servizio per raccogliere i capelli lunghi alle praticanti spettinate.

LENOVO, con noi da ormai quattro anni: i computer e device della linea YOGA, le prestazioni migliori del mercato, sono flessibili come lo yoga richiede. Grazie a **LENOVO YOGA** abbiamo realizzato gli incontri del 21 giugno e portato lo yoga più vicino alle aziende. Venerdì sera ci sarà una sessione speciale di Yoga con David Sye per sostenere la sua associazione Yoga Beats (Conflict). Yoga Beats è una tecnica messa a punto da David, e grazie a un lavoro di anni in territori di guerra, porta ad abbassare la soglia di conflitto tra persone. La sessione è gratuita, aperta a tutti, consigliata per chi ha situazioni conflittuali da risolvere. Le buone abitudini portano ad atteggiamenti consapevoli.

Al posto dell'auto **SHARE'NGO**,

mobility partner del festival. E' il nuovo car-sharing a Milano, vetture elettriche (risparmiano 30 tonnellate di CO2 all'anno) piccole e svelte che sta dando una grossa mano alla città in termini di riduzioni del traffico. Agli abbonati di **SHARE'GO** con app sullo smartphone il 20% di riduzione sulla tessera associativa. **LIFEGATE** Energy ci ha entusiasmato: energia rinnovabile italiana 100% anche a casa! Noi l'abbiamo provata e siamo davvero soddisfatti.

PROVAMEL è una compagna fedele del festival: produce lattini vegetali non OGM, ottimi al posto del latte vaccino, e come ogni anno offre un brick d'assaggio a tutti i visitatori. **ACQUA PLOSE** è la migliore acqua italiana, basta vedere i residui fissi che ha: per chi fa yoga e beve molto, per gli insegnanti è l'acqua ideale. Solo bottiglie di vetro, naturalmente.

LUFTHANSA, vettore del festival, ci ha aiutato non poco nell'invitare gli insegnanti più lontani mettendoci a disposizione voli. Lo yoga è ben conosciuto in azienda, tanto da fornire tecniche antipanic di yoga ai passeggeri più agitati. Nella cartolina che ricevono, i visitatori troveranno un codice sconto per volare Lufthansa nei prossimi mesi. **laFELTRINELLI**, una casa editrice piena di storia, ci ha aiutato a comunicare l'arrivo del festival. E' presente al festival con una scelta di testi yogici. ■

I partners di Yogafestival: ma quanti sono? Diamoci un occhio

VADEMECUM_

I **bambini**
dello yoga

Sarà uno spazio indipendente l'area dedicata allo yoga per bambini. Con una novità: non solo corsi per i piccoli ma anche per adulti, genitori, bebè e insegnanti



I più piccoli hanno sempre un'attenzione speciale al festival e lo spazio dei bimbi è di sicuro il posto più partecipato e allegro (in proporzione) di tutti. Quest'anno, il loro spazio sarà lo **Spazio Prana**, realizzato in collaborazione con **Aipy**, un grande ambiente tranquillo e separato a piano terreno dove sabato e domenica (non venerdì) si susseguono

incontri di vario tipo sempre gratuiti e con prenotazione in loco. Il programma **Yoga per CrescereTM** attraverso lo yoga, il gioco e la musica quest'anno è mirato a coltivare il rispetto per la vita, che ci accomuna e unisce alla sorte del pianeta Terra. Supervisione di **Clemi Tedeschi** coordinatrice didattica **Aipy**. In programma anche incontri gratuiti di formazione per adulti. ■

Allo Spazio Prana attività per bambini da 40 giorni a 10 anni

• **PER I BIMBI (partecipazione gratuita)****Sabato 11 novembre**

10.30/11.30 Yogando per il mondo (yoga e danza) con Elena Pellegatta
11.30/12.30 Vivi nel sole e ti addormenti cantando (Yoga per mamma e bebè da 40 giorni a 1 anno)
14.30/15.30 Mondì di-versi
15.30/16.45 Magica acqua, acqua amica (3/10 anni)

Domenica 12 novembre

Dalle 10.30 alle 18.00 attività creative yogiche

• **PER ADULTI E GENITORI (partecip. gratuita)****Sabato 11 novembre**

17.00/18 La danza silenziosa
18.00/19.00 Nada yoga e kirtan con Quirino Bertoli
Domenica 12 novembre
10.30/11.30 Rinnovarsi ad ogni respiro
11.30/13.00 E ogni cosa si riduce a Uno. E noi danziamo
14.00/15.00 Abbandonarsi per ritrovarsi
15.00/16.00 Ritmo del corpo, suono del respiro, spazio del cuore

Avete mai ascoltato la musica di **albero**?

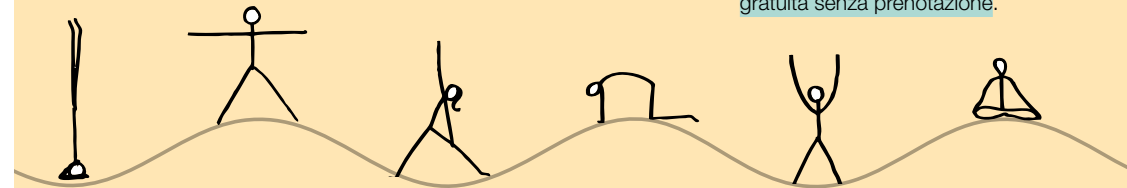
Le piante sono vive, come noi, e comunicano a loro modo. Questo si sa. Ma che possano vibrare e fare musica è qualcosa che solo la tecnologia degli ultimi anni ha permesso di scoprire. Nella struttura a geode posizionata in esterno, nasce lo spazio **Music of the Plants** si medita o fa yoga ascoltando

l'ipnotico suono che le piante emettono in presenza di esseri viventi. Come? Attraverso appositi elettrodi in grado di captare, le reazioni di un gruppo di piante scelte vengono trasformati in suoni e ascoltare l'ipnotica melodia che scaturisce è una esperienza straordinaria. Ci si prenota sul posto. ■

PROGRAMMA_
SEMINARI_

Scegli il tuo
colore,
scegli il tuo
livello

Abbiamo studiato una legenda colorata per aiutare a scegliere meglio il livello della classe che si vuole seguire. Dal principiante all'avanzato ci sono possibilità per tutti. Multilivello significa che la difficoltà è bassa e la classe per tutti. Se si pratica da meno di 3 mesi suggeriamo di stare nelle classi multilivello o principianti, si capirà tutto. Se si è praticanti da meno di tre anni raccomandiamo di non avvicinarsi alle classi per avanzati, non se ne capirebbe il senso.

**Special Event** e
Masterclass:
cosa sono?

Oltre alle normali classi di yoga, due ore cadauna, ecco venerdì le Masterclass: pensate per chi già segue un percorso di yoga, sono veri e propri workshop di aggiornamento brevi, circa 3 ore, con rilascio di attestato di frequentazione.

Gli Special Events - lo dice il nome - sono classi-evento che hanno un significato particolare: una per tutte il **SuperSpecialEvent** condotto da **David Sye venerdì 10 alle 18.00** in area freeclass, una classe dedicata all'abbassamento dei conflitti tra le persone grazie alla particolare tecnica **YogaBeats (Conflict)** di Sye. **Partecipazione gratuita senza prenotazione.**

SEI GIÀ SOCIO? ALLORA SEI GIÀ REGISTRATO. CONSEGNA LA VECCHIA TESSERA ALL'INGRESSO INSIEME AI € 10 DELLA QUOTA E RICEVERAI QUELLA NUOVA.

PROGRAMMA_

VENERDÌ 10

LEGENDA_

- Multilivello
- Principiante
- Intermedio
- Intermedio/Avanzato
- Avanzato

La **Vibration room** è una stanza immersiva, dove i visitatori hanno la possibilità di vivere un'esperienza multisensoriale. Si entra nella stanza buia a gruppi di 10/20 persone max, che vengono invitate a distendersi sul tappetino. I sensi dei visitatori vengono "rapiti" da video proiezioni sul soffitto, da essenze profumate e dal massaggio sonoro. Nicola Artico utilizza il corpo dei visitatori come casse di risonanza, appoggiando strumenti a corde direttamente sul corpo. Lo strumento principale si chiama tampura. Le antiche scritture indiane lo descrivono come strumento in grado di riprodurre il più fedelmente la vibrazione primordiale OM. Le persone ascoltano questa suono con il corpo entrando in risonanza con la vibrazione primordiale. Ogni sessione dura circa 1 ora. ■

Vibration Room: esperienza vibratoria

ORARI DEGLI INCONTRI

Sabato	Domenica
10.30 11.30	11.00 12.00
12.00 13.00	12.30 13.30
17.00 18.00	15.00 16.00
	16.30 17.30



10.00 - 13.00 *Yoga Ratna*

Gabriella Cella
**Masterclass - Yoga Ratna:
un percorso tra terra e cielo
scandito da forme e mantra**
Tradizione
Soft | Avanzati e insegnanti
SALA 1
Contributo € 50



10.00 - 13.00 *Yoga del suono*

Patrick Torre
**Masterclass - Meditazione
e Hatha Yoga Sonoro: come
andare "oltre" utilizzando il
Suono all'interno degli Asana**
Tradizione
Soft | Avanzati e insegnanti
SALA 2
Contributo € 40



14.00 - 17.00 *Anusara Yoga*

Piero Vivarelli
**Masterclass - La sinfonia
dell'Anima**
Tradizione
Dinamico | Intermedi e avanzati
SALA 1
Contributo € 40



14.00 - 16.00 *Hatha Yoga*

Raghunath
**SPECIAL EVENT!
A scuola di volo: imparando
le basi delle torsioni e
dell'equilibrio sulle braccia**
Innovazione
Dinamico | Avanzati e insegnanti
SALA 2
Contributo € 30



16.00 - 16.50

Francesca Senette e Renata Centi
Yogabox
AREA FREECLASS
Presentazione a cura
di De Agostini | Ingresso gratuito



17.30 - 20.30 *Trad. Van Lysebeth*

Antonio Nuzzo
**Masterclass - Alla ricerca del
suono interiore**
Tradizione
Soft | Avanzati e insegnanti
SALA 1
Contributo € 40



17.30 - 20.30 *Prana Yoga Flow*

Anna Infererra
**Masterclass - La musica nella
pratica Yoga; come utilizzarla
e farla divenire elemento di
supporto nella pratica delle
asana**
Innovazione
Dinamico | Avanzati e insegnanti
SALA 2
Contributo € 40



17.30 - 19.30 *Yoga Himalayano*

Philippe Djoharikian
**SPECIAL EVENT!
Esplorazione del suono OM
(Pranava) dal Pranayama al
canto**
Tradizione
Soft | Multilivello
SALA 3
Contributo € 25



18.00 - 19.30 *Hatha Yoga*

Gian Piero Carezzato
**SPECIAL EVENT!
Genitori e ragazzi insieme
nell'equilibrio**
Tradizione
Soft | Multilivello
SALA 4
Contributo € 10



18.00 - 19.15 *YogaBeats*

David Sye
**SUPERSPECIALEVENT!
Una sessione di Yoga per
neutralizzare i conflitti**
In collaborazione con Lenovo
AREA FREECLASS
Partecipazione gratuita | gradita
registrazione



19.30 - 20.30

Nirmalights
**SPECIAL EVENT!
Concerto: Qawwali, balli e
meditazione dall'India**
AREA FREECLASS
Ingresso gratuito

PROGRAMMA

SABATO 11

8.00 - 10.00 *Ashtanga Yoga*



Elena De Martin
Yoga a colazione – Risveglio con l'Ashtanga Yoga: La Prima Serie nel suono del respiro e del conteggio

Tradizione
Dinamico | Multilivello
SALA 2
Contributo € 15

10.00 - 11.30 *Campane di cristallo*



Surya Marialaura Bonfanti
con *Max Peri*
Tantra Sound Healing Kriyas Session

Discovering
Meditativo e musicale | Multilivello
SALA 4
Contributo € 15

10.00 - 12.00 *Prana Yoga Flow*



Anna Inferrera
Living sound of Yoga

Innovazione
Dinamico | Multilivello
SALA 1
Contributo € 25

10.00 - 12.00 *Yoga Himalayano*



Philippe Djoharikian
Intensa costruzione vibratoria: tra movimento e mantra

Tradizione
Soft | Multilivello
SALA 2
Contributo € 25

10.00 - 12.00 *Kundalini Yoga*



Ram Rattan Singh
Potenzia le tue forme del pensiero con la scienza perduta del Laya Yoga

Tradizione
Soft | Multilivello
SALA 3
Contributo € 25

10.30 - 12.00



Niccolò Branca
L'Economia della Consapevolezza

Tradizione
SALA CONFERENZE
Ingresso gratuito

11.45 - 13.15 *Hatha Yoga*



Gian Piero Carezzato
Il suono del Respiro

Tradizione
Soft | Multilivello
SALA 4
Contributo € 15

12.00 - 13.00 *Trad. Van Lysebeth*



Antonio Nuzzo
La luce del rāja potrebbe illuminare l'hatha

Tradizione
Soft | Multilivello
SALA RIFLESSIONI YOGA
Ingresso gratuito

12.15 - 14.15 *Vinyasa Yoga*



Pedro Franco Premananda
Heartful Flow

Innovazione
Dinamico | Intermedi e avanzati
SALA 1
Contributo € 35

12.15 - 14.15 *Odaka Yoga*



Francesca Cassia e Roberto Milletti
Fascia Flow: il "tessuto delle emozioni"

Innovazione
Dinamico | Multilivello
SALA 2
Contributo € 25

12.15 - 14.15 *Nada Yoga*



Cristina Rapisarda Sassoon
Dal respiro al canto di Mantra e Kirtan

Tradizione
Meditativo e musicale | Multilivello
SALA 3
Contributo € 25

12.30 - 13.30



Stefania De Mitri
Yoga organizer: 396 carte con tutte le tecniche per una pratica yoga mirata ad ogni esigenza

Tradizione
SALA CONFERENZE
Presentazione libro | Ingresso gratuito

13.30 - 15.00 *Vinyasa Flow Yoga*



Paola Lucchesi
La musica e lo Yoga: danziamo nelle posture con grazia, leggerezza e armonia

Discovering
Dinamico | Intermedi
SALA 4
Contributo € 15

14.00 - 14.50



Elena De Martin
SPECIAL EVENT! Mantra, Chanting e Yoga - La trasmissione orale della conoscenza

AREA FREECLASS
Ingresso gratuito

14.30 - 16.30 *Anusara Yoga*



Piero Vivarelli
Il Centro della Musica

Tradizione
Dinamico | Multilivello
SALA 1
Contributo € 25

14.30 - 16.30 *YogaBeats*



David Sye
What you want, wants you

Innovazione
Dinamico | Multilivello
SALA 2
Contributo € 25

14.30 - 16.30 *Yoga del suono*



Amina Annabi
Ancoraggio e ricettività

Innovazione
Soft e musicale | Multilivello
SALA 3
Contributo € 20

14.30 - 15.30



Stefano Bettera
La pratica di prendersi cura di sé e degli altri

SALA CONFERENZE
Presentazione libro | Ingresso gratuito

PROGRAMMA_

SABATO 11

15.15 - 16.45 *Mantra*



Federica Gorni
Mantra Yoga&Bija Sounds: i mantra seme del Tantrismo Shakta
Discovering
 Meditativo | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 15

15.45 - 17.00 *Direttore Master
Yoga Studies*



Federico Squarcini
Patañjali, questo sconosciuto. Sull'uso del testo degli Yogasūtra nelle tradizioni indiane pre-coloniali
 SALA CONFERENZE
 Ingresso gratuito

16.45 - 18.15 *Yoga del suono*



Patrick Torre
Meditazione e Mantra Terapia
Tradizione
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 2
 Contributo € 25

16.45 - 18.45 *Vinyasa Krama*



Stewart Gilchrist
Vinyasa e Bija Mantra
Innovazione
 Dinamico | Intermedi e avanzati
 SALA 1
 Contributo € 30

16.45 - 18.45 *Mandala Voices*



Laura Schmidt&Mandala Voices
Creiamo i Mandala sonori: il Mandala del cuore
Discovering
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 3
 Contributo € 20

17.00 - 18.30 *Yoga ormonale*



Carla Nataloni
Yoga per lo stress e gli ormoni maschili e femminili
Discovering
 Dinamico | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 15

17.15 - 18.45



Alessandro Zuzic
Tibet: il Paese delle nevi
 SALA CONFERENZE
 Ingresso gratuito

18.00 - 19.00 *Trad. Van Lysebeth*



Antonio Nuzzo
La luce del rāja potrebbe illuminare l'hatha
Tradizione
 Soft | Multilivello
 SALA RIFLESSIONI YOGA
 Ingresso gratuito

19.30 - 21.00 *Mandala Voices*



Laura Schmidt&Mandala Voices
**SPECIAL EVENT!
Mandala Voices in concerto**
 SALA 1
 Ingresso gratuito

PROGRAMMA_

DOMENICA 12

08.00 - 09.30 *Hatha Yoga*



Andrea Serena
Yoga a colazione - I cinque Tibetani
Tradizione
 Soft | Multilivello
 SALA 3
 Contributo € 15

10.00 - 12.00 *Vinyasa Krama*



Stewart Gilchrist
Vibriamo tutti sulla stessa frequenza!
Innovazione
 Dinamico | Intermedi e avanzati
 SALA 1
 Contributo € 30

10.00 - 11.30 *Kundalini Yoga*



Gloria Latham
**SPECIAL EVENT!
Un viaggio attraverso i Chakra**
Innovazione
 Dinamico | Multilivello
 SALA 2
 Contributo € 15

10.00 - 12.00 *Iyengar Yoga*



Chiara M. Traversi
Praṇāyāma e pratyāhāra nella tradizione del maestro B.K.S. Iyengar
Tradizione
 Meditativo | Multilivello
 SALA 3
 Contributo € 25

10.00 - 11.45 *Yoga del Suono*



Amina Annabi
Simbolo di Protezione
Innovazione
 Soft e musicale | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 20

11.45 - 13.15 *Yoga Somatico*



Vittoria Frua
Less is more: muoversi nel rispetto del tessuto connettivo
Discovering
 Soft | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 15

12.00 - 13.00



Antonella Bassi
Do it Yourself
 SALA RIFLESSIONI YOGA
 Workshop | Ingresso gratuito

12.15 - 14.15 *YogaBeats*



David Sye
Le porte dell'anima
Innovazione
 Soft | Multilivello
 SALA 1
 Contributo € 30 | *Parte del ricavato andrà a Yoga for water-OXFAM*

12.15 - 14.15 *Anukalana Yoga*



Jacopo Ceccarelli
Anukalana Yoga: fluidifica e fai vibrare il mare che c'è in Te
Innovazione
 Soft | Multilivello
 SALA 2
 Contributo € 25

PROGRAMMA_

DOMENICA 12

12.15 - 14.15 *Nada Yoga*



Cristina Rapisarda Sassoon
Respira, rilassa, sorridi, apriti all'ascolto e al canto: Ganesha e Rama
Tradizione
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 3
 Contributo € 25

13.30 - 15.00 *Yoga ormonale*



Carla Nataloni
Yoga ormonale per la salute delle donne
Discovering
 Dinamico | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 15

14.00 - 14.50



Suzuki Sachiko
Reincarnazione, il divino pellegrinaggio dell'anima
 SALA OLIS
 Ingresso gratuito

14.30 - 16.30 *Yoga del suono*



Patrick Torre
Meditazione e Yoga del Suono...Essere pienamente consapevoli
Tradizione
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 1
 Contributo € 25

14.30 - 16.30 *Trad. Van Lysebeth*



Antonio Nuzzo
Un viaggio interiore attraverso il respiro
Tradizione
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 2
 Contributo € 30

14.30 - 16.30 *Ananda Yoga*



Jayadev Jaerschky e Giulia Calligaro
Esercizi di felicità
Tradizione
 Medio e meditativo | Multilivello
 SALA 3
 Contributo € 25

14.45 - 16.00



Yogare
Yoga e Innovazione: la nuova frontiera della pratica
 SALA CONFERENZE
 Conduce Guido Gabrielli
 Ingresso gratuito

15.15 - 16.45 *Odaka Yoga*



Francesca Cassia e Roberto Milletti *in collaborazione con Nutrimente e Spera Yoga*
SPECIAL EVENT! Yoga&Disturbi alimentari
Innovazione
 Dinamico | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 15

16.45 - 18.45 *Kirtan*



Nitya&Ninad
Shanti Mantra Workshop: un mantra per andare oltre il conflitto interiore, lo stress e sentimenti come invidia e ostilità
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 1
 Contributo € 15

16.45 - 18.45 *Vinyasa Yoga*



Pedro Franco Premananda
Samyama - Pranayama, Mudra, Antar Mouna, Yoga Nidra
Innovazione
 Meditativo e musicale | Multilivello
 SALA 2
 Contributo € 30

16.45 - 18.45 *Vinyasa Flow Yoga*



Laura Burkhart
Lavorando sull'equilibrio delle braccia
Innovazione
 Dinamico | Multilivello (almeno 6 mesi di pratica)
 SALA 3
 Contributo € 20

17.00 - 18.30 *Yoga Sciamanico*



Selene Calloni Williams
Lo Yoga in astrale
Discovering
 Meditativo | Multilivello
 SALA 4
 Contributo € 25

17.30 - 18.30



Atmananda Simone Vanni
Ai piedi del maestro
 SALA CONFERENZE
 Ingresso gratuito

18.00 - 18.50 *Yoga Sciamanico*



Cristina Rapisarda Sassoon
SPECIAL EVENT! Jaya Ganesha, cantiamo insieme per nutrire di amore la nostra mente
 AREA FREECLASS
 Ingresso gratuito

**Mangiare
Yoga**



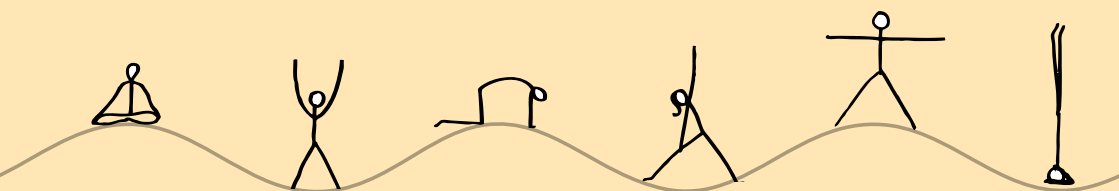
E' sano e vegano il punto ristoro al festival. Studiate da "vegolosi.it" magazine online di alimentazione vegan, ricette leggere e gustose da scaricare in ebook con un codice QR. Grazie a NewTeamBanqueting per le preparazioni.

PROGRAMMA_

FREECLASS

Free class e Incontri Olistici:
ma come funzionano?

Da venerdì a domenica c'è solo l'imbarazzo della scelta: decine di Free Class, cioè sessioni di yoga di base, adatte anche ai neofiti, di breve durata (50 minuti max) per "assaggiare" lo yoga per la prima volta o provare a praticare diversamente dal solito e presentazioni pratiche di tecniche olistiche per mantenere una buona salute: provare, scoprire, conoscere cose nuove, le nuove esperienze tengono la mente in azione e ricettiva. Tutte le FreeClass sono a ingresso libero, senza prenotazione: servono solo abiti comodi, tappetino, una copertina o scialle se fa freddo a stare Fermi...e una buona dose di buona volontà!



VENERDÌ 10 NOVEMBRE_ INCONTRI A INGRESSO GRATUITO

Quando	Dove	Conduce	Argomento
17.00 - 17.50	VIBRATION ROOM	Osho Tao	Tandava
17.00 - 17.50	FREECLASS 1	Spera Yoga	Il Fuoco della Vita
17.00 - 17.50	FREECLASS 2	Sara Ravagnan	Saluto al sole Odaka Yoga
18.00 - 18.50	VIBRATION ROOM	Casa Yoga	Breath Flow Vinyasa

SABATO 11 NOVEMBRE_ INCONTRI A INGRESSO GRATUITO

Quando	Dove	Conduce	Argomento
10.00 - 10.50	FREECLASS 1	Baliyoga.it	Lo Yoga dinamico di Baliyoga.it
11.00 - 11.50	FREECLASS 1	Centrolistico	Shiva Flow – Nataraja, il Signore della Danza
11.00 - 11.50	FREECLASS 2	Anusara Yoga Italia	La sinfonia del Prana
12.00 - 12.50	FREECLASS 1	Samadhi Yoga	Hatha Yoga con Laura Mencherini
12.00 - 12.50	FREECLASS 2	Yogamilan ssd arl	Accordiamo il nostro corpo per allinearci al Divino
12.00 - 12.50	SALA OLIS	Soulspeasion	Expand within: tra emersione e dissolvenza, imparare a respirare il suono del cuore
13.00 - 13.50	FREECLASS 1	Scuola Zen di Shiatsu	Zen Shiatsu per ritrovare la propria armonia
13.00 - 13.50	FREECLASS 2	Love Light Joy ASD	Vinyasa Yoga
15.00 - 15.50	FREECLASS 1	AcroYoga International	Acroyoga: welcome to the practice!
15.00 - 15.50	FREECLASS 2	AIYB Ass. Italiana Yoga per Bambini	Namasté, il gioco dello yoga
15.00 - 15.50	SALA OLIS	Elitropia	Essential Touch: l'osteomassaggio Elitropia



Quando	Dove	Conduce	Argomento
16.00 - 16.50	FREECLASS 1	Kriya Yoga Ashram	Kriya Hatha Yoga, la pratica tradizionale per l'individuo moderno
16.00 - 16.50	FREECLASS 2	Mat You Can	Odaka Yoga: the warrior attitude
16.00 - 16.50	SALA OLIS	Scarabeo Mindfulness	Le basi della Vipassana Meditation. Iniziare a meditare da subito
17.00 - 17.50	FREECLASS 1	Ananda Associazione	Ananda Yoga e Bandha con Devika
17.00 - 17.50	FREECLASS 2	Sattva Studio	Allineati ed esprimi la tua musica
17.00 - 17.50	SALA OLIS	Alma Matters	Bagno di Gong
18.00 - 18.50	FREECLASS 1	Spazio Garibaldi77	Vinyasa Flow: il flusso del respiro
18.00 - 18.50	FREECLASS 2	Temporary Yoga Studio di Daniele Petricciuolo	Yoga dal lento al dinamico
19.00 - 19.50	FREECLASS 1	Samadhi Yoga	AcroYoga: tra Terra e Cielo
19.00 - 19.50	FREECLASS 2	Associazione Culturale Artè	Ashtanga - Yoga: Cittavritti e Angame - Jayattva: rimuovere le resistenze mentali e fisiche nella pratica delle Asana
19.00 - 19.50	SALA OLIS	Arte del Massaggio	Il messaggio del massaggio

DOMENICA 12 NOVEMBRE_ INCONTRI A INGRESSO GRATUITO

Quando	Dove	Conduce	Argomento
10.00 - 10.50	FREECLASS 1	Spazio Garibaldi77	Hatha Flow - Ascolta il tuo corpo e conosci te stesso
11.00 - 11.50	FREECLASS 1	Yogare	L'allineamento nel movimento
11.00 - 11.50	FREECLASS 2	Centro Studi Bhaktivedanta	Hatha, Vidya, Param, la lucerna dello Yoga

11.00 - 11.50	SALA OLIS	Scarabeo Mindfulness	I Benefici della pratica meditativa: aspetti neuronali, fisiologici, psicologici
12.00 - 12.50	FREECLASS 1	Odaka Yoga	Il misterioso mondo della Psoas: Biomeccanica applicata al Flow
12.00 - 12.50	FREECLASS 2	Yoga in Salento	Dharma Yoga
12.00 - 12.50	SALA OLIS	Nu Lab Officine Olistiche	La musica degli asana e le note delle emozioni
13.00 - 13.50	FREECLASS 1	La Yoga Shala	Ashtanga Yoga, introduzione alla pratica e prime posture fondamentali della prima serie
13.00 - 13.50	FREECLASS 2	Baliyoga.it	Lo Yoga dinamico di Baliyoga.it
14.00 - 14.50	FREECLASS 1	Osho Tao Essence Institute	Tantra Yoga: la via dell'Integrazione
14.00 - 14.50	FREECLASS 2	Yoga a Porter	Rocket Vinyasa Yoga
15.00 - 15.50	FREECLASS 1	Scuola Kriya Yoga Maha Sadhana	La sequenza dei cinque elementi: Pancha Mahabhuta
15.00 - 15.50	FREECLASS 2	Sahaja Yoga Milano	Risveglia la tua energia Kundalini, ritrova il tuo vero Sé
15.00 - 15.50	SALA OLIS	ASIMTC	Medicina tradizionale cinese per il benessere della donna. Lavoriamo con Tuina e il Qi Gong
16.00 - 16.50	FREECLASS 1	CityZEN	Il benessere contagioso
16.00 - 16.50	FREECLASS 2	AIPY - Ass. Italiana Pedagogia Yoga	Ritmo del corpo, suono del respiro, spazio del cuore
16.00 - 16.50	SALA OLIS	S.I.R.F.A. A.I.R.F.I.	La medicina vibrazionale: un'incredibile possibilità di riscoperta di se stessi attraverso la "terapia"
17.00 - 17.50	FREECLASS 1	Light on Yoga	IYENGAR® Yoga: allineamento, estensione ed espansione nelle posizioni in piedi
17.00 - 17.50	FREECLASS 2	Balyayoga	Orsa Yoga
17.00 - 17.50	SALA OLIS	Shumei	Jyorei: sperimenta il benessere spirituale interiore

BIOGRAFIE

**Amina Annabi** | *Yoga del suono*

Franco-tunisina nata in una famiglia di musicisti, apprende dalla madre il canto arabo. Scoperta per caso, diventa una cantante popolare in Francia. Il successo cresce, anche in seguito a un cameo interpretato nel film "Il té nel deserto", ma lo studio continua, affinando la sua ricerca sullo Yoga del Suono. Il metodo da lei ideato, allinea i chakra e sblocca le energie attraverso la vibrazione, il suono e il movimento.

**Nicola Artico**

Inizia a interessarsi fin da giovane al mondo orientale e per 25 anni pratica meditazione e studia l'effetto curativo dei suoni sul corpo umano secondo le antiche scritture indiane. Polistrumentista, dopo una lunga esperienza lavorativa nel campo del restauro, negli ultimi anni sente la forte necessità di dedicarsi totalmente al benessere personale, inglobando tutte le sue forme espressive all'interno di questo ambito.

**Antonella Bassi**

Scriva su Yoga Journal dal 2007. Il suo lavoro si concentra sui temi della creatività, sostenibilità ambientale e benessere olistico, con una particolare attenzione per il femminile. Non è giornalista professionista e questo è il suo primo libro; confida che la smisurata passione per la ricerca e l'entusiasmo nel condividere le sue scoperte valgono più di qualunque titolo.

**Stefano Bettera**

Il "papà" di Felice come un Buddha è autore e giornalista. Collabora con "Yoga Journal" Italia, "Valori" e altre testate. È un praticante di Vipassana, nella tradizione Theravada e con un legame con il movimento del Buddhismo Secolare. Ha lavorato nel settore della Comunicazione e delle Relazioni Istituzionali per Enti e Organizzazioni non profit. Pratica da 20 anni meditazione Vipassana e fa parte dell'Unione Buddhista Italiana e dell'Unione Buddhista Europea.

**Marialaura Bonfanti** | *Campane di Cristallo*

Marialaura Bonfanti è psicologa e counselor bioenergetico, naturopata, master reiki, insegnante di yoga e meditazione, doula. Da anni studia l'antica scienza medica indiana, il Tantra e le tecniche più recenti di medicina vibrazionale. L'utilizzo di queste tecniche energetiche, le consentono di continuare ad approfondire la ricerca e di avere una profonda esperienza degli effetti terapeutici di questo approccio.

**Niccolò Branca**

Niccolò Branca è Presidente e Amministratore delegato della Holding del Gruppo Branca International S.p.A. Al timone dell'azienda dal 1999, la sua Presidenza si è contraddistinta per l'efficace azione imprenditoriale e l'applicazione dei principi olistici all'organizzazione dell'impresa. Autore e coautore di diverse pubblicazioni, il titolo del suo ultimo libro è Ritorno al cuore. Taccuino per viaggiatori consapevoli (L'arte di essere/Trigono Edizioni).

Sabato 11
Ore 14.30
Sala 3

Domenica 12
Ore 10.00
Sala 4

Sabato 11
Domenica 12
Vibration
Room

Domenica 12
Ore 12.00
Sala
Riflessioni
Yoga

Sabato 11
Ore 14.30
Sala
Conferenze

Sabato 11
Ore 10.00
Sala 4

Sabato 11
Ore 10.30
Sala Conferenze

**Laura Burkhart** | *Vinyasa Flow Yoga*

Laura Burkhart risiede a San Francisco, in California. È un'insegnante 500 E-RYT Yoga Works e di Yoga Tree e insegna anche on-line attraverso Yoga Vibes, Grokker e My Yoga Works. Conosciuta per la sua fluidità, la precisione e l'equilibrio nelle sequenze, Laura collabora regolarmente per Yoga Journal, di cui è stata cover model diverse volte, ed è uno dei fondatori del programma di workshop online Yoga Secrets.

**Selene Calloni Williams** | *Yoga Sciamanico*

Selene scopre lo Yoga Sciamanico più di trent'anni fa nello Sri Lanka. Dopo diversi anni di pratica, dirige l'Oriental Yoga Academy a Colombo. Rientrata in Europa, fonda l'accademia degli immaginalisti per insegnanti di Yoga Sciamanico e una scuola di counselling immaginale. Sempre in Svizzera fonda Voyagesillumination, un'associazione che fa viaggi culturali nei luoghi più mistici del pianeta. È autrice di numerosi libri.

**Gian Piero Carezzato** | *Hatha Yoga*

Insegnante diplomatosi con la Federazione Italiana Yoga con una tesi in Yoga e persone con disabilità, basata sugli Yoga Sutra di Patanjali, da oltre 26 anni si dedica allo Yoga. Insegna Yoga Classico seguendo la tradizione dei Maestri André Van Lysebeth e Gerard Blitz, insegnamento a cui viene introdotto dalla Maestra Piera Scarabelli, e che approfondisce ora grazie al Maestro Antonio Nuzzo.

**Francesca Cassia e Roberto Milletti** | *Odaka Yoga*

Roberto è fondatore di Odaka Yoga, uno stile di Yoga innovativo che trova ispirazione dall'osservazione del moto dell'oceano e delle sue onde. Negli ultimi anni Roberto ha diffuso il suo messaggio e la sua metodologia attraverso ritiri, corsi di formazione per gli insegnanti, conferenze, workshop e festival in Europa, Usa, Australia, India, Giappone, Korea e Canada. Francesca è co-fondatrice di Odaka Yoga, Insegnante di fama internazionale, ha dedicato la sua vita ad approfondire e diffondere questo processo di acquisizione di consapevolezza e mutamento dove corpo e mente si fondono in un continuo gioco dinamico fino a raggiungere un perfetto equilibrio. Gli studenti la chiamano la "regina della psoas".

**Jacopo Ceccarelli** | *Anukalana Yoga*

Musicista e Insegnante Yoga, è diplomato presso la Scuola di Yoga e Meditazione Global Sadvipra Training Centre di Copenaghen. Inizia la formazione come Insegnante Yoga nel 1994 e, dopo diversi soggiorni negli USA, nell'estate del 2010 porta in Italia l'Acroyoga, diventando il primo insegnante certificato di questa disciplina in Italia. Dal 2001 ha iniziato a sviluppare una ricerca che si è consolidata nel 2010, dando vita all'approccio di Anukalana Yoga.

**Gabriella Cella** | *Yoga Ratna*

Gabriella Cella si avvicina allo Yoga nei primi anni '70, ha approfondito questo studio costruendo il nucleo del suo metodo che ha chiamato Yoga Ratna: Il Gioiello, la Perla dello Yoga. Il rigore e la perfezione dell'asana, l'armonia delle sequenze, sono un'altro punto distintivo del suo insegnamento. L'ascolto del corpo è il punto di partenza, che conduce alla percezione dei chakra fino alla meditazione. Scrittrice feconda, continua tuttora i corsi per allievi all'Istituto di Piacenza e incontri nella tranquillità del suo Ashram, sulle colline Piacentine.

Domenica 12
Ore 16.45
Sala 3

Domenica 12
Ore 17.00
Sala 4

Venerdì 10
Ore 18.00
Sala 4

Sabato 11
Ore 11.45
Sala 4

Sabato 11
Ore 12.15
Sala 2

Domenica 12
Ore 15.15
Sala 4

Domenica 12
Ore 12.15
Sala 2

Venerdì 10
Ore 10.00
Sala 1

**Elena De Martin** | *Ashtanga Yoga*

Elena incontra l'Ashtanga Yoga nel '99. I primi anni studia e lavora con Lino Miele; dal 2001 si reca in India e dal 2005 inizia uno studio costante a Mysore con Sri K. Pattabhi Jois, fermandosi per un anno sabbatico tra il 2007 e 2008 studiando sanscrito, scritture indiane e chanting con Jayashree & Narasimhan, maestri indiani di tradizione brahminica. Ha conseguito l'autorizzazione di Livello 2 dal Sri K. Pattabhi Jois Ashtanga Yoga Institute di Mysore.

**Philippe Djoharikian** | *Yoga Himalayano*

Dopo la spedizione sull'Himalaya e alcuni sport estremi, ha trovato la vera vita con sadhu e Baba in India. L'incontro di Philippe con lo Yoga avviene grazie a tanti anni passati come asceta sulle montagne dell'Himalaya in compagnia di anziani Maestri che praticano l'asceti, la meditazione, il digiuno e lo Yoga. Da loro ha imparato a condurre e considerare il corpo con consapevolezza. Philippe vive a Montpellier e la sua scuola di formazione Babaschool ha sede in un autentico tepee indiano, in mezzo a un bosco fuori città.

**Pedro Franco Premananda** | *Vinyasa Yoga*

Pedro Franco, fondatore della "Premananda Yoga School" e autore del progetto "Yoga senza confini", è meglio conosciuto come Premananda, il suo nome in Sanscrito. Pedro, Yogi e fisioterapista professionista, ha praticato Arti Marziali per ventidue anni, quando nel 1992 incontra la via dello Yoga. Dopo anni di studio e numerosi riconoscimenti, ha sviluppato una pratica che mescola strumenti efficaci con un'ampia prospettiva olistica.

**Vittoria Frua** | *Yoga Somatico*

Incontra lo Yoga durante la frenetica vita londinese, lavorando come avvocato, affidandosi ai consigli di Craig Coman, suo mentore. Abbandonata la toga per approfondire gli studi di nutrizione naturale e trasformare l'esperienza ormai decennale nella pratica dello Yoga, nel 2009 incontra Shane-Christopher Perkins, generando una vera e propria trasformazione e iniziando un percorso di ricerca di morbidezza ed armonia nelle forme dello Yoga come nella vita.

**Stewart Gilchrist** | *Vinyasa Krama*

Si avvicina allo Yoga in seguito a una lesione alla schiena, intraprendendo un lungo processo di riabilitazione attraverso l'intensa pratica dell'Ashtanga Yoga Vinyasa. Folgorato sulla via dello Yoga, diventa insegnante senior registrato Yoga Alliance, elaborando uno stile didattico molto personale. Diventato uno degli insegnanti più influenti di Londra, è seguito da allievi famosi - calciatori, rockstars, aristocratiche signore - che seguono con devozione le sue lezioni ispiratrici.

**Federica Gorni** | *Mantra*

Insegnante di Yoga e Meditazione certificata Yoga Alliance, nel 2007 scopre il Para-Tan e l'incredibile potere dei Mantra in seguito all'incontro con il Maestro tantrico Shri Param Eswaran. Presidente del Para-Tan Centre, è Direttrice della Scuola di Mantra Yoga e della Scuola di Para-Tan Sound Healing.

**Anna Inferrera** | *Prana Yoga Flow*

Anna abbraccia lo Yoga nel 1998 a New York, dove si diploma presso la scuola Atmanada. Nel 2006 si trasferisce a Los Angeles, dove prosegue i suoi studi presso la scuola Yogaworks. Tornata a Milano, Anna insegna presso il centro Mondo Yoga e torna negli USA ogni anno per

Sabato 11
Ore 8.00
Sala 2

Sabato 11
Ore 14.00
Area
Freeclass

Venerdì 10
Ore 17.30
Sala 3

Sabato 11
Ore 10.00
Sala 2

Sabato 11
Ore 12.15
Sala 1

Domenica 12
Ore 16.45
Sala 2

Domenica 12
Ore 11.45
Sala 4

Sabato 11
Ore 16.45
Sala 1

Domenica 12
Ore 10.00
Sala 1

Sabato 11
Ore 15.15
Sala 4

Venerdì 10
Ore 17.30
Sala 2

Sabato 11
Ore 10.00
Sala 1

**Jayadev Jaerschky e Giulia Calligaro** | *Ananda Yoga*

Jayadev Jaerschky pratica yoga e meditazione seguendo la tradizione del Kriya Yoga di Paramhansa Yogananda, attraverso il suo discepolo Swami Kriyananda. Vive ed insegna nel centro Ananda nei pressi di Assisi ed è il direttore della Scuola Europea di Ananda Yoga. E' Kriyacharya, cioè autorizzato a dare l'iniziazione nell'antica pratica del Kriya Yoga, ed è autore di numerosi libri. Giulia Calligaro, giornalista, giramondo, autrice, yogini, attualmente collabora con gli inserti del Corriere della Sera. Per unire le sue passioni, lo Yoga e la penna, ha scritto il libro Esercizi di Felicità con Jayadev (Ananda Edizioni).

**Gloria Latham** | *Kundalini Yoga*

Dopo aver lavorato come farmacista per quasi 10 anni, scopre il reale benessere attraverso la pratica Yoga e la meditazione. Fondatrice del Semperviva Yoga Studios a Vancouver e Global Ambassador Lululemon, è Direttrice dello Yoga Teacher Training al Semperviva International College di Yoga, tiene corsi per la formazione insegnanti certificati da Yoga Alliance e organizza numerosi ritiri in Canada, Europa, Asia, Australia e Messico.

**Paola Lucchesi** | *Vinyasa Flow Yoga*

Nata e cresciuta a Catania, scopre la passione per la cura del corpo e della mente in America, dove risiede per 5 anni. Ottiene una prima certificazione di Vinyasa Flow e apprende i primi cenni di Anusara Yoga, completando il suo percorso formativo con una ulteriore certificazione in Yoga for cancer therapy, una delle esperienze più importanti e profonde del suo insegnamento. Rientrata in Italia nel 2013, apre il Vita Sana Studio.

**Nitya & Ninad** | *Kirtan*

Nitya & Ninad diffondono con passione la pratica del kirtan e del bhakti yoga, il sentiero che porta alla realizzazione attraverso gli insegnamenti del Sanatana Dharma e il canto di mantra. La loro formazione personale include counseling, terapie gestaltiche e Somatic Experience di Peter Levine. La loro proposta è molto apprezzata negli Stati Uniti, in India, Germania, Belgio, Svizzera, Grecia, Estonia, Danimarca e Italia.

**Carla Nataloni** | *Yoga Ormonale*

Scopre lo Yoga in seguito al suo primo viaggio in India, nel 1993. La sua crescente passione la porta a intraprendere un percorso di formazione che nel 2002 le permette di conseguire il diploma di Insegnante Yoga Sivananda (TTC). Nel 2016 diventa insegnante certificata di Hormone Yoga grazie agli insegnamenti di Dinah Rodriguez, creatrice del metodo, di cui è allieva diretta. Carla organizza ritiri in Puglia proponendo lezioni individuali e di gruppo.

**Antonio Nuzzo** | *Trad. Van Lysebeth*

Iniziato nel 1969 alla meditazione da Mataji Hiridayananda di Rishikesh, segue con assiduità l'insegnamento di André e Denise Van Lysebeth, con i quali elabora la conoscenza teorica e pratica dello Hatha e Tantra Yoga. Tra i maestri a cui deve la sua formazione Swami Buha, Sannyasin, Nil Hahoutoff, Swami Satyananda di Monghyr, Swami Satchidananda, Swami Gitananda di Lawspet, Sri Sri Sri Swami Satchidananda con il quale pratica Hatha Yoga.

Domenica 12
Ore 14.30
Sala 3

Domenica 12
Ore 10.00
Sala 2

Sabato 11
Ore 13.30
Sala 4

Domenica 12
Ore 16.45
Sala 1

Venerdì 10
Ore 17.00
Sala 4

Domenica 12
Ore 13.30
Sala 4

Venerdì 10
Ore 17.30
Sala 1

Domenica 12
Ore 14.30
Sala 2

**Raghnunath** | *Hatha Yoga*

Ray Cappelletti, frontman della band hardcore Youth of Today, abbraccia lo Yoga alla fine degli anni '80, quando abbandona il rock per intraprendere per sei anni un percorso di vita monastica, cambiando il suo nome in Raghnunath. Il suo percorso come insegnante inizia nel 2002 a Los Angeles e procede anche quando decide di trasferirsi a New York nel 2008. Il suo obiettivo è trovare il modo di applicare l'antica filosofia Yoga al mondo moderno.

**Cristina Rapisarda Sassoon** | *Nada Yoga*

Cristina Rapisarda Sassoon (Bhagavati), RYT 500, si è formata nella tradizione Sivananda. Certificata presso l'International Sivananda Yoga Vedanta Centre di Woodbourne, New York, e presso Yogi Hari's Ashram, Miramar, Florida. Diplomata in Italia presso l'Accademia di Kriya Yoga di Lisetta Landoni. Autrice di Vita da Yogi, nella sua Scuola milanese, Sampurna Yoga Atelier, offre un'esperienza di Yoga integrale mirato a plasmare i diversi aspetti della personalità umana.

**Laura Schmidt** | *Mandala Voices*

La musica, il suono, il ritmo sono parte fondamentale di Laura. Di sé dice che quando cammina per strada spesso si ritrova a cantare al ritmo cadenzato dei suoi passi, affascinata dalla "voce" di ogni oggetto, ritrovandosi a creare ritmi con ogni cosa le capiti tra le mani. Ex cantante jazz, da più di 20 anni si occupa di arti terapeutiche. Nel 2012 ha fondato l'Accademia di Medicina Vibrazionale con il proposito di divulgare la conoscenza della Suonoterapia.

**Andrea Serena** | *Hatha Yoga*

Andrea Serena, laurea in filosofia e Master universitario in consulenza filosofica presso l'Università Cà Foscari di Venezia. Istruttore di Yoga (Associazione Nazionale degli insegnanti di Yoga), allievo del Dr.Bhole, formatosi in India alla Scuola Vivekananda di Bangalore. Conduce corsi di Yoga e sui "Cinque Tibetani" in numerosi centri in Italia.

**Ram Rattan Singh** | *Kundalini Yoga*

Aiuta da più di 18 anni i praticanti di yoga di qualsiasi scuola a conoscere e utilizzare il Kundalini Yoga per cercare la salute e la vitalità che desiderano. Laureato in medicina e specializzato in chirurgia ricostruttiva, nel '91, dopo 14 anni di pratica in numerose cliniche, inizia a studiare Kundalini Yoga. Nel 2006 inizia il progetto di Yoga e Salute per insegnare come utilizzare il Kundalini Yoga per vivere una vita felice e ricca di significato.

**Federico Squarocini**

Direttore del Master in Yoga Studies e del Dottorato di Ricerca in Studi sull'Asia dell'Università Ca' Foscari di Venezia, insegna Filosofie e Religioni dell'India presso la stessa Università. Ha recentemente pubblicato, per tipi di Einaudi, una traduzione degli Yogasutra di Patañjali.

**Sachiko Suzuki**

Nata in Giappone, dopo il liceo ha frequentato la facoltà di letteratura. Si trasferisce a Londra per lavoro e, successivamente, in Italia dove frequenta la scuola di oreficeria di Bino Bini. E' autrice nel 2017 del libro Reincarnazione - Il divino pellegrinaggio dell'anima che rappresenta il suo personale percorso di ricerca sulla reincarnazione e sullo scopo della vita.

Venerdì 10
Ore 14.00
Sala 2

Sabato 11
Ore 12.15
Sala 3

Domenica 12
Ore 12.15
Sala 3

Domenica 12
Ore 18.00
Area Freeclass

Sabato 11
Ore 16.45
Sala 3

Sabato 11
Ore 19.30
Sala 1

Domenica 12
Ore 8.00
Sala 3

Sabato 11
Ore 10.00
Sala 3

Sabato 11
Ore 15.45
Sala
Conferenze

Domenica 12
Ore 14.00
Sala Olis

**David Sye** | *YogaBeats*

Insegna il suo eclettico stile, Yoga Beats, da oltre 25 anni. Lo definisce libero da regole o rigidità, dal carattere sperimentale e spontaneo, come il jazz o qualsiasi altra forma d'arte. E' uno stile che incoraggia ad esplorare i propri confini fisici e psicologici. La magia di YogabeatsTM non può essere compresa se non attraverso la pratica, solo allora il confine tra l'idea e l'esperienza si dissolve in una strabiliante festa di tutti i sensi.

**Clemi Tedeschi**

Si dedica all'insegnamento fin da giovanissima, come insegnante di scuola primaria e insegnante di Yoga. Sperimenta percorsi di yoga differenziati: per adulti, bambini, adolescenti, disabilità fisica e psichica. Scrive Piccolo Yoga nel 2001 (Macro 2002) Riedizione italiana 2016, francese 2017. Da allora si occupa di formazione docenti. Nel 2012 fonda l'AIPY e coordina i programmi di abilitazione all'insegnamento Yoga per Crescere™ e Samatva.

**Patrick Torre** | *Yoga del suono*

Maestro di Yoga del Suono e fondatore dell'Institut des Arts de la Voix a Parigi, ha sviluppato una sintesi unica di tecniche vibratorie di antichissima provenienza unite ai canti armonici. La sua ricerca lo rende uno dei maggiori esponenti di Yoga del Suono e Phonoterapia in Europa e negli Stati Uniti. Il suo metodo, basato su un lavoro di ricerca su corpo, suono, voce, lega il Suono alla fisica quantistica e allo stato di salute del praticante.

**Chiara M. Traversi** | *Iyengar Yoga*

Socia fondatrice dell'Iyengar Yoga Institute Milano, inizia a praticare IYENGAR® Yoga ad Amsterdam a 25 anni. Rientrata in Italia, si forma con Emilia Pagani. Da allora continua ad aggiornarsi con insegnanti IYENGAR® senior italiani e internazionali, recandosi regolarmente a Puna per studiare con la famiglia Iyengar. Dal 2012 fa parte del consiglio direttivo della associazione Italiana di IYENGAR® Yoga Light On Yoga.

**Simone Vanni Atmananda**

Atmananda è discepolo di Rishi Satyananda, figlio spirituale di Sri Sri Sri Ananda Mayee Ma, la grande Madre permeata di gioia, considerata uno degli Avatar più grandi del nostro secolo. Atmananda vuole condividere con gli altri i doni ricevuti e le esperienze fatte per grazia del suo Maestro Rishi Satyananda.

**Piero Vivarelli** | *Anusara Yoga*

La riconosciuta abilità di Piero nel guidare gli studenti ad esplorare le proprie risorse interiori ed esteriori attraverso l'hatha yoga, nasce dalla sua esperienza diretta e dalla passione con cui condivide tale esperienza in modo aperto e sincero. Dedicato sin dal 1994 allo yoga, ha vissuto in India dal 1997 al 2000 e ha studiato regolarmente con John Friend, fondatore di Anusara Yoga, e con altri insegnanti di fama mondiale. Nel 2005 è stato il primo italiano a ottenere la certificazione di Anusara Yoga.

**Alessandro Zuzi**

Fonda Amitaba nel 2000 dopo aver visitato un gran numero di Paesi e di aree remote, dalla Patagonia all'Alaska, dall'Africa all'Asia, ma più approfonditamente ha esplorato l'India, l'arco himalaiano e il Tibet, studiando la cultura vedica e buddista, di cui ora condivide i valori.

Venerdì 10
Ore 18.00
Area Freeclass

Sabato 11
Ore 14.30 | Sala 2

Domenica 12
Ore 12.15 | Sala 1

Sabato 11
Domenica 12
Spazio Prana

Venerdì 10
Ore 10.00 | Sala 2

Sabato 11
Ore 16.45 | Sala 2

Domenica 12
Ore 14.30 | Sala 1

Domenica 12
Ore 10.00
Sala 3

Domenica 12
Ore 17.30
Sala Conferenze

Venerdì 10
Ore 14.00
Sala 1

Sabato 11
Ore 14.30
Sala 1

Sabato 11
Ore 17.15
Sala Conferenze

DOVE TROVARE SCUOLE, CENTRI OLISTICI, EMPORI

Scuole

ACROYOGA INTERNATIONAL

Via Carnovali 100, Bergamo
Tel.: +39 345 4936378 - info@acroyoga.it
www.acroyoga.it

AIPY - ASSOCIAZIONE ITALIANA PEDAGOGIA YOGA

Viale Dante 36a, Pontoglio (BS)
Tel.: +39 030 7376696
aipy.yogapercrescere@gmail.com
www.aipy.it

AIYB - ASSOCIAZIONE ITALIANA YOGA PER BAMBINI

Via Madonna 12/E, Oreno di Vimercate (MB)
Tel.: +39 0396081518 - einfo@aiyb.it
www.aiyb.it

ANANDA ASSOCIAZIONE

Via Montecchio 61, Nocera Umbra (PG)
Tel.: +39 0742 813620 - info@ananda.it
www.ananda.it

ANUSARA YOGA ITALIA

www.anusaraitalia.com

ASSOCIAZIONE CULTURALE ARTE

Via Meda 25, Milano
Tel.: +39 342 0401671 - infoarteyoga@gmail.com
www.arteyoga.it

BALIYOGA.IT

Via Varese 18 - Via Marghera 43 - Corso di Porta Romana 129 - Via Frua 8, Milano
Tel.: +39 333 8878078 - www.baliyoga.it

CENTROLISTICO

Via Marsala 69, Sesto San Giovanni (Milano)
Tel.: +39 02 89056328 - info@centrolistico.it
www.centrolistico.it

CENTRO STUDI BHAKTI VEDANTA

Via A. Gramsci 64, Ponsacco (PI)
Tel.: +39 016 36650507 - www.centrostudi.net

CITY ZEN

Via San Francesco d'Assisi 15, Milano
Tel.: +39 02 36632090 - info@cityzen.it
www.cityzen.it

JUSTBI Pilates & Yoga Studio

Via Antonio Stradivari 4, Milano
Tel.: +39 348 5310237 - info@justb.it - www.justb.it

KRIYA YOGA ASHRAM

Via degli Olivetani 10/12, Milano
Tel.: +39 338 4682739 - www.kriyayogaashram.com

KRIYA YOGA MAHA SADHANA

Via Menabrea 24, Milano
Tel.: +39 02 6683168 - email info@kriyayoga.mi.it
- www.kyms.it

LA YOGA SHALA

Via Domenichino 11, Milano
Tel.: +39 347 3541355 - astangamilano@yahoo.it
www.ashtanga-yoga.it

LIGHT ON YOGA - ASSOCIAZIONE ITALIANA IYENGAR@ YOGA

Via L. Fibonacci 27, Firenze
Tel.: +39 055 674426 - info@iyengaryoga.it
www.iyengaryoga.it

LOVE LIGHT JOY ASD

Via dei Crollalanza 4/b, Milano
Tel.: +39 342 1434972 - info@lovelightjoy.it
www.lovelightjoy.it

MAT YOU CAN

info@matyoucan.com - www.matyoucan.com

METODO BALLYAYOGA® - YOGA PER BAMBINI

Via M. Troisi 55, Bari
Tel.: +39 3392008006 - balyayoga@yahoo.it
www.balyayoga.it

ODAKA YOGA

Via Stradivari 4, Milano
info@odakayoga.it - www.odakayoga.com

OSHO TAO ESSENCE INSTITUTE

Viale Col di Lana 12, Milano
Tel.: +39 02 89422609 - info@oshotao.it
www.oshotao.it

SAHAJA YOGA MILANO

info@sahajayogamilano.it
www.sahajayogamilano.it

SAMADHI YOGA

Via L. Di Credi 20, Firenze
info@formazioneyoga.it
www.formazioneyoga.it
www.yoga-acrobatico.it
www.anukalanayoga.com

SATTVA STUDIO

Via Sangro 31, Milano
Tel.: +39 338 1266316 - info@sattvastudio.org
www.sattvastudio.org

SCARABEO MINDFULNESS

Salita Ravazzano Santo 5, Novi Ligure (AL)
Tel.: +39 391 4708002
info@scarabeomindfulness.it
www.scarabeomindfulness.it

SCUOLA ZEN DI SHIATSU

Via Dei Crollalanza 9, Milano
Tel.: +39 333 7737195
email: cerchio@monasterozen.it
www.scuolazenshiatsu.it - www.monasterozen.it

SPAZIO GARIBALDI77

C.so Garibaldi 77, Milano
Tel.: +39 02 4537010 - info@yogaessential.com
www.spaziogaribaldi.com

TEMPORARY YOGA STUDIO di DANIELE PETRICCIUOLO

Via Savona 33, Milano
Tel.: +39 334 1385729
danielepetricciuolo@hotmail.it

YOGA A PORTER

Tel.: +39 342 0548977 - info@yogaaporter.com
www.yogaaporter.com

YOGA IN SALENTO

Via Stazione 116, Zollino (Lecce)
Tel.: +39 0836 600284
emainfo@yogainsalento.com
www.yogainsalento.com

YOGAMILAN SSD ARL

Via Luca Signorelli 4, Milano
Tel.: +39 389 1082145 - yoghiamo@gmail.com
www.yogamilan.it

YOGARE

info@yogare.eu - www.yogare.eu

Centri Olistici

THE LINTA'S AYURVEDIC RESORT

info@lintasresort.com - www.lintasresort.com

NU LAB OFFICINE OLISTICHE

Tel.: +39 02 9313177
informazioni@nulab.academy.it
www.nulab.academy.it

ASIMTC SCUOLA XIN LIN FU TUINA E QI GONG

Viale Tunisia 37, Milano
Tel.: +39 333 3104382 - tasimtc@gmail.com
www.asimtc.com

SOULSPENSION DI PATRIZIA GAVONI

Via Cavour 8b, Carrara (MS) Tel.: +39 348 3543096 - patriziagavoni@libero.it - soulspension.com

S.I.R.F.A. A.I.R.F.I. RIFLESSOLOGIA FACCIALE

Via Volvinio 22, Milano Tel.: +39 02 36754200 - www.dienchan.it

BLISS AYURVEDA ITALY SRL - AYURERA

Via Ghizzardi 10, Boretto (RE) Tel.: +39 328 2372702 - info@ayurera.it - www.ayurera.it

ELITROPIA SCUOLA IN TECNICHE MANUALI

Via Zuccoli 19, Milano
Tel.: +39 02 36637697 - info@elitropia.com - www.elitropia.com

JOYTINAT YOGA AYURVEDA

Via Ripa 24, Corinaldo (AN) Tel.: +39 071 679032 - ashram@joytinat.it - www.joytinat.it

AUMSHANTI: SCUOLA DI AYURVEDA E YOGA

Via Monte Suello 3, Milano Tel.: +39 334 8588264 - info@aumshanti.it www.aumshanti.it

PADMA CENTRO OLISTICO E ACCADEMIA OLISTICA DI MASSAGGIO
Via Mussi 11, Milano
Tel.: +39 370 1353113
info@padmacentrolistico.it
www.padmacentrolistico.it

SHUMEI ASSOCIAZIONE ITALIANA
Via Mauro Macchi 26, Milano
Tel.: +39 02 67078964 - Emamilano@shumei.eu
www.shumei.it

ALMA MATTERS
Via A. Stradella 5, Milano
Tel.: +39 02 49785415 - info@almamatters.it
www.almamatters.it

ARTE DEL MASSAGGIO
Via G. Pascoli 37, Milano
Tel.: +39 02 23951232 - info@artedelmassaggio.it

Espositori Emporio

LAKSMI EDIZIONI
Via Verdi 43 A, Savona (SV)
Tel.: +39 342 7743877 - info@laksmedizioni.it
www.laksmi.it

STAI BENE COSMETICA
Via Della Pace 2f3, Padulle (BO)
Tel.: +39 051 829998
info@staibenecosmetica.com
www.staibenecosmetica.com

HEARTMONY SNC
info@heartmony.it - www.heartmony.it

YOGAESSENTIAL
C.so Garibaldi 77, Milano
Tel.: +39 02 45377010 - info@yogaessential.com
www.yogaessential.com

AMERAGE DE MADAGASCAR
info@alade.it

INLIGHT BEAUTY - CE.M.O.N.
Corso Garibaldi 198, Grumo Nevano (NA)
Tel.: +39 081 3951888 - info@cemon.eu
www.inlightbeauty.eu

PARAISO IMPEX
Via Piemonte 26, Fizzonasco di Pieve Emanuele (MI)
Tel.: +39 331 9545096 - r.sonudilip@gmail.com
indimisura.blogspot.it

beECO
Via A. Meucci 86, Milano
Tel.: +39 02 39523504 - beeco.milano@gmail.com

LE JAPAMALA DI SAMSARA
Strada Fontanini 99, Gaione (PR) - www.japamala.it

INSENSE.IT
Tel.: +39 339 6300357 - info@insense.it

AMTHU
Via Orocco 28, Comerio (VA)
Tel.: +39 0332 732901 info@amthu.it - www.amthu.it

RE YOGA
Via M. Ricci 16/A, Ancona
Tel.: +39 071 2416297 - info@reyoga.it
www.reyoga.it

AMITABA SRL
Via Ca' Granda 29, Milano
Tel.: +39 02 33614196 - amitaba@amitaba.net
www.amitaba.net

LALAZOO ARTELIER
Via Campana 122, Cilavegna (PV)
Idellerba@libero.it - www.lalazoo.it

EDIZIONI PROSVETA
Via Vocabolo Torri 103, Piegara (PG)
Tel.: +39 075 8358498 - prosveta@tin.it
www.prosveta.it

ATMA FEED YOUR SOUL
Via delle Mollie 18 (Biella) - Tel.: +39 338 9866584
info@atma-yoga.it - www.atma-yoga.it

YOGAMASTI
Coventry UK - Tel.: +44 7723423719
info@yogamasti.it - www.yogamasti.it

Media

YOGAJOURNAL
Via Jacopo dal verme 15, Milano
redazione@yjmag.it - www.yogajournal.it

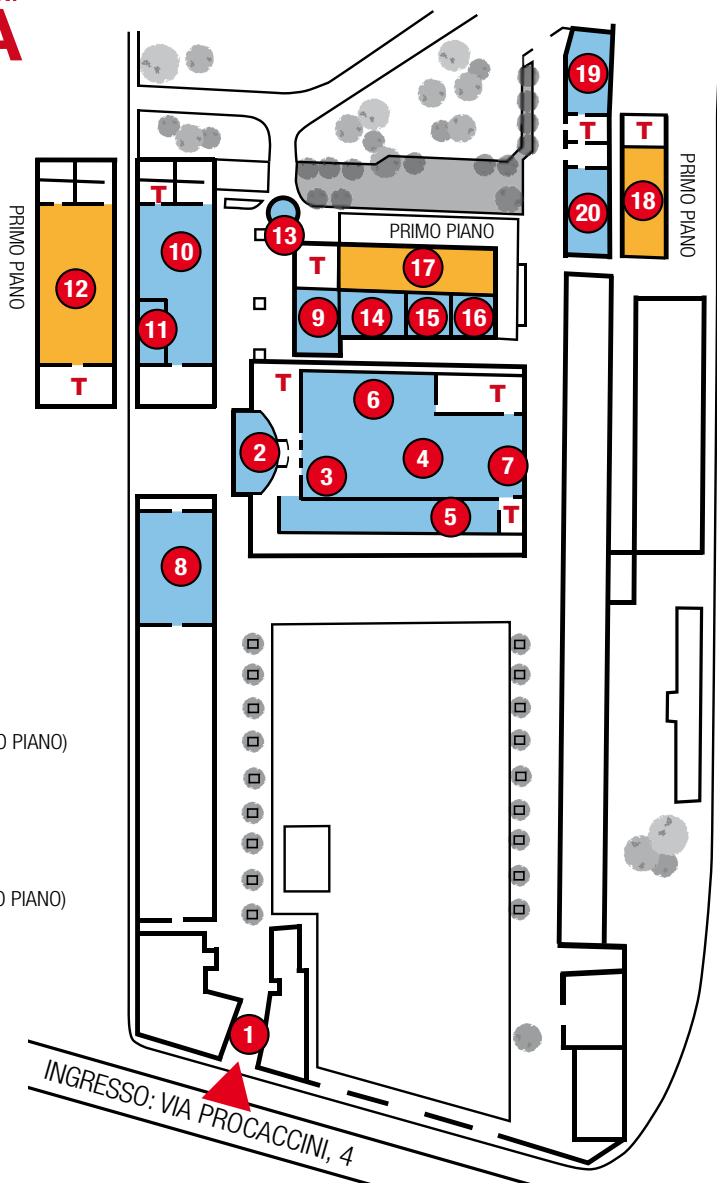
LIBRERIA GRUPPO ANIMA
Via dell'Unione 1, Milano - www.gruppoanima.it

TERRA NUOVA
Via del Ponte di Mezzo, 1, 50127 Firenze
www.terranuova.it

L'ALTRA MEDICINA MAGAZINE
Via Taormina 11/SC.B, Milano
www.laltramedicina.it

YogaFestival MAPPA

- 1 _INGRESSO
- 2 _RITIRO TESSERE
_INFOPPOINT
- 3 _RITIRO SEMINARI
- 4 _AREA SCUOLE
- 5 _FREE CLASS 1
- 6 _FREE CLASS 2
- 7 _PUNTO RISTORO
- 8 _SPAZIO PRANA
- 9 _ASHRAM IN CITTA'
- 10 _ARTI PER LA SALUTE
- 11 _SALA INCONTRI
- 12 _YOGA RESTAURANT (PRIMO PIANO)
- 13 _MUSIC FOR PLANTS
- 14 _SALA 4
- 15 _SALA RIFLESSIONI YOGA
- 16 _VIBRATION ROOM
- 17 _SALA CONFERENZE (PRIMO PIANO)
- 18 _SALA 1 (PRIMO PIANO)
- 19 _SALA 2
- 20 _SALA 3
- T _TOILETTE



I NOSTRI PATROCINI



I NOSTRI PARTNERS



MEDIA PARTNERS

