

“YogaPorteAperte”

manifestazione nazionale interamente
dedicata allo yoga e totalmente gratuita

Siamo alla 17° edizione di YogaPorteAperte, che negli anni si è ripetuta con notevole riscontro di interesse e partecipazione. E' una manifestazione totalmente gratuita. Con i suoi 1000 associati, Yani è l'associazione di insegnanti più grande in Italia con presenze in tutto il territorio nazionale.

Caratteristica di questa iniziativa, che la rende particolarmente interessante per il pubblico, è il contatto diretto, la conoscenza e l'approfondimento del rapporto con insegnanti che operano sul territorio: questo consente di poter valutare e scegliere, in base alla competenza e la serietà, un approccio e un insegnante con cui poter lavorare in modo continuativo nel luogo in cui si risiede.

Cosa particolarmente utile in questo momento di espansione dello yoga, con conseguente confusione nella grande varietà di offerte.

La manifestazione si svolgerà in tutta Italia e come le precedenti avrà lo scopo di diffondere informazioni corrette sulla pratica yoga ed offrire opportunità gratuite per sperimentarla direttamente sotto la guida di insegnanti qualificati.

Sottolineiamo il carattere no-profit di “YogaPorteAperte” e il preciso intento di fornire chiarificazioni competenti in merito ad una grande disciplina di consapevolezza oggi sempre più "nota" ma non necessariamente "conosciuta”.

Per partecipare alle iniziative è necessario prenotarsi in anticipo telefonando agli insegnanti o inviando mail ai relativi indirizzi.

Si consiglia un abbigliamento comodo (tuta e calze).

Al termine delle lezioni, gli insegnanti saranno a disposizione per informazioni.



28 - 29 GENNAIO 2017

YOGA PORTE APERTE

XVII EDIZIONE

Un'opportunità per conoscere un altro stile di vita



28 - 29 GENNAIO 2017

YOGA PORTE APERTE

XVII EDIZIONE

Un'opportunità per conoscere un altro stile di vita

FIRENZE - SABATO 28 GENNAIO 2017

EMANUELA BRUNETTI

Lezione Pratica: Yoga e Ahimsa

Orario: 16:00 -17:15

Luogo: ISTITUTO di YOGA, Via G. Lanza 65

Tel. 055 2479080/370 3254890 istitutoyoga@libero.it

MASSIMO LOMBARDI

Lezione pratica: Yoga e respiro

Orario: 18:45 – 20:00

Luogo: ISTITUTO di YOGA, Via G. Lanza 65

Tel. 055 2479080/370 3254890 istitutoyoga@libero.it

FEDERICO MATRONE

Conferenza: Lo yoga della Bhagavad-Gita

Orario: 17:30 – 18:15

Luogo: ISTITUTO di YOGA, Via G. Lanza 65

Tel. 055 2479080/370 3254890 istitutoyoga@libero.it

ALESSANDRA MORACE

Lezione pratica:

Orario: 17:30 - 19:00

Luogo: CENTRO di PSICOSINTESI di Firenze, Via S. .Domenico 16

Tel. 329 6944346 alessandra.morace@yahoo.it

ALESSANDRA PEPE

Lezione pratica: Yama e Niyama nella pratica e nella vita

Orario: 17:00 – 18:30

Luogo: STUDIO YOGA MAYA, Via dei coverelli 13/r

Tel. 055 214046 alessandra.pepe7@gmail.com

DANIELA PETRINI

Lezione pratica:

Orario: 16:00 – 17:30

Luogo: Circolo sms di Rifredi, Via V. Emanuele 303

Tel. 328 6976742 daniatma@hotmail.com

FIRENZE - DOMENICA 29 GENNAIO 2017

ROSSELLA BARONCINI

Lezione/incontro: Yoga e l'arte dell'ascolto nel dialogo

Orario: 10:00 – 12:00

Luogo: STUDIO YOGA, Borgo Albizi 15

Tel. 334 3171742 info@rossellabaroncini.com

BRUNA SARACCO

Lezione Pratica: Le Niyama nello Hatha yoga

Orario: 16:00 – 17:15

Luogo: ISTITUTO di YOGA, Via G. Lanza 65

Tel. 055 2479080/370 3254890 www.istitutoyogafirenze.com

FEDERICO MATRONE

Lezione pratica: Pranayama, Mudra e Suoni

Orario: 17:30 – 18:30

Lezione pratica: Le Yama nell'Hatha Yoga

Orario: 18:45 – 20:00

Luogo: ISTITUTO di YOGA - Via G.Lanza 65

Tel. 055 2479080/370 3254890 www.istitutoyogafirenze.com

DANIELA PETRINI

Lezione pratica:

Orario: 11:00

Luogo: Circolo Culturale Radici e Ali - Via San Zanobi 67

Tel. 328 6976742 daniatma@hotmail.com

PONTASSIEVE - SABATO 28 GENNAIO 2017

PATRIZIA BIAGIOTTI

Lezione pratica - **Orario:** 16:00 – 17:30

Luogo: SCUOLA ELEMENTARE DE AMICIS, Via G .Reni 4

Tel. 328 0752826 info@yoga-sangha.it www.yoga-sangha.it

LUCCA - SABATO 28 GENNAIO 2017

MASSERATI EMILIO

Lezione pratica - **Orario:** 17:30 – 19:00

Incontro: Natyayoga "Le divinità e le mudra"

Orario: 19:30 – 20:30

Luogo: Centro Yoga Niketan - Viale G. Puccini 311/B

Tel. 3474686826 ilsole_e_laluna@virgilio.it

GROSSETO - SABATO 28 gennaio 2017

FABBI NICOLETTA

Lezione pratica: Yoga Nidra

Orario: 11:15

Luogo: Centro Yoga Ardhhanarisvhara, via Bonghi 7 Palazzo

Cosimini

Tel. 3391660622 yogagrosseto@gmail.com

www.yogagrosseto.it

MARRETTI DANIELA

Lezione pratica: Hatha Yoga - **Orario:** 10:00

Lezione pratica: Mantra Yoga – **Orario:** 11:45

Luogo: Centro Yoga Ardhhanarisvhara, via Bonghi 7 Palazzo

Cosimini

Tel.3391660622 yogagrosseto@gmail.com

www.yogagrosseto.it

SIENA - SABATO 28 GENNAIO 2017

CHIARA GHIRON

Lezione pratica: Le indicazioni etiche per la pratica dello yoga

Orario: 10:00 – 12:00 / 16:00 – 18:00

Luogo: Studio the yogi cat - via Mercanzia 20 - Isole d'Arbia

Tel. 3401750010 theyogicat@gmail.com

MONTEVARCHI - SABATO 28 gennaio 2017

CRISTINA TETTAMANTI

Lezione pratica - **Orario:** 16:00 – 17.30

Luogo: Via Cataliotti 16

Tel. 333 1434596 cris0122@gmail.com

SARDEGNA – CAGLIARI – 28/29 GENNAIO 2017

LAUDANI DANIELA

Orario: 09:00 Meditazione – 10:00 Ashtanga yoga

Luogo: Palestra Sportime

Orario: 18:00 Conferenza - 20:00 Proiezione

Luogo: Via Versilia 12

29.01 - orario: 08:30 Parco Monteclaro

Tel. 3935553133 laudani.daniela@gmail.com