

YOGA

FESTIVAL ROMAN NEWS

19 | 20 | 21

Settembre 2014

Cascina Farsetti

Villa Pamphilj

CONSULTA IL PROGRAMMA

LA GRATITUDINE
E LA PRATICA

30 insegnanti da tutto
il mondo ne parlano

KAY RUSH PRESENTA
IL SUO SWAMIJI

ARRIVA LA NOSTRA
YOGA COMMUNITY

YOGA E SALUTE

IL CIBO? È SACRO

FREE CLASS
WORKSHOP
CONFERENZE
INCONTRI
PRESENTAZIONI
MUSICA
LIBRI
SPAZIO BIMBI
PUNTO RISTORO
AREA CONTATTI
EMPORIO YOGA

Gratitudine

“La gratitudine, è il paradiso
di per se stessa” Rumi

2 • YogaFestival Roma 2014

Direzione Generale
GIULIA BORIOLI

Produzione e Amministrazione
MASSIMO MAGGIONI

Segreteria Organizzativa
SUSANNA BOTTANI

Responsabile Espositori
MICHELLE SEMBIRA

Assistente al programma
CLAUDIA VICINI

Art Direction
DAVIDE MONGUZZI

Grafica
ROSARIA D'AIETTI - OM CREATIVE STUDIO

Area Contatti e Partnership
FRANCESCA CALEGARI

Hanno collaborato
BETTA FRERA

Ufficio Stampa
Francesco Lener - Martini6
Tel 349 2806477 - 06 39734254
francesco.lener@martini6.com

Ringraziamo il Comune di Roma per il supporto concesso e l'Assessore Paolo Masini e il suo ufficio per l'aiuto e il sostegno che da sempre ci permette di essere a Roma. Un grazie di cuore a tutti i volontari che ci hanno aiutato anche quest'anno ad accogliere gli ospiti e i partecipanti

Stampa Mediaprint srl
Via Mecenate 76/32 - Milano

La direzione non si assume nessuna responsabilità per eventuali cambi di programma non indicati precedentemente.



Sette anni a Roma

14 settembre: lo YOGA è in COMUNE

Abbiamo fatto vedere alla città che lo Yoga c'è! Con l'aiuto dell'Assessore Paolo Masini lo abbiamo portato proprio nella piazza del Campidoglio. Domenica mattina 14 settembre la comunità yogica della città si è ritrovata per praticare insieme. Una breve lezione con le scuole di Yoga di Roma e chiunque abbia avuto voglia di condividere questo gioioso momento, grati alla città che ci ospita.



Sette anni a Roma! È un matrimonio felice, quello tra la Capitale e il nostro festival, al settimo anno non mostra segni di crisi. Roma ci attende caotica e accogliente come sempre e noi ricambiamo con una novità ritrovandoci a settembre per aiutare le scuole e i centri a presentarsi al meglio all'inizio dell'anno. Questo cambio è stato possibile anche per l'aiuto che il **Comune di Roma**, la **Soprintendenza Belle Arti** e

l'assessore ai Lavori Pubblici e Periferie **Paolo Masini** ci hanno dato: grazie di cuore per l'attenzione con cui seguono i nostri temi sensibili.

Il programma riporta lo Yoga al centro delle attività dei tre giorni, con l'eccezione di una visita importante e generosa: **Kay Rush**, DJ e conduttrice TV introdurrà un Maestro, familiarmente chiamato **Swamiji**, guida spirituale tra le più giovani in India, insegnante di

Vedanta ed esperto di sanscrito: con lui, una cerimonia propiziatoria sabato sera per sostenere il festival. Domenica mattina, in collaborazione con Yoga Journal, sarà la Messa...yogica officiata da **Padre Antonio Gentili** che al festival ha portato in passato la pratica dello Yoga cristiano: insomma, la Gratitude è al centro del nostro pensiero, quest'anno: che dall'essere grati giunga a tutti i nostri amici una più ampia e duratura felicità!

CONOSCERE IL FESTIVAL

Oltre 40 seminari di Yoga, meditazione, respiro, musica, cucina naturale e altro; lezioni di Yoga per principianti, gratuite, aperte a chiunque voglia cimentarsi con la pratica, anche per la prima volta.

INGRESSO L'ingresso è riservato ai soci di YogaFestival. La manifestazione è anche l'evento annuale di tesseramento. La quota d'iscrizione è di €10. La tessera, annuale, si richiede all'ingresso del festival: permette di avere riduzioni tutto l'anno su corsi e lezioni di Yoga e su alcuni acquisti. Con la stessa tessera si può accedere agli altri eventi organizzati anche a Milano e Catania.

IL TESSERAMENTO È ANCHE ONLINE! È possibile scaricare il modulo d'iscrizione, stamparlo, compilarlo e consegnarlo all'ingresso del festival per il ritiro della tessera: risparmierete tempo, code e stress.

SEI GIÀ SOCIO? ALLORA SEI GIÀ REGISTRATO. CONSEGNA LA VECCHIA TESSERA ALL'INGRESSO PER RICEVERE QUELLA NUOVA!

ORARI DEL FESTIVAL Dalle 09.30 alle 20.30 (vedi programma per dettagli)

BIOBAR Ristorante vegetariano - a cura di FABRICA 1923

BABYPARKING a cura di AIYB, iscrizioni sul posto

ENTRATA Si entra da via Leone XIII n. 75 (ex Olimpica), si cammina lungo la strada per circa 300 mt e si incontra l'insediamento del festival: è ben segnalato sul lato destro del parco, visibile da tutte le parti. Bus n. 31 e 791

I NOSTRI PARTNERS. Il festival ha alcuni partner amici che ci aiutano con partnership tecniche. **PROVAMEL** disseta i visitatori con un delizioso drink di cocco, mandorla e altri sapori. **WELEDA** con i migliori prodotti per la cura dell'essere; **YOGI TEA**, le ottime tisane biologiche di Yogi Bhajan. **SOYJOY** offre energetiche barrette biologiche a base di soia e frutta. Assaggiateli, per spezzare la fame! **PLOSE**, l'acqua che rinfresca le pratiche dello Yoga.

PRATICARE? MEGLIO COMINCIARE DA PICCOLI!

Lo Yoga è per tutte le età e allo YogaFestival non mancano gli incontri per i più piccoli. L'appuntamento fisso è con l'Area Bimbi curata dall' **A.I.Y.B. - Associazione Italiana Yoga Bambini** - con i nuovi appuntamenti di Gioca-Yoga®! Aperto dalle 10.30 alle 18.00 (chiuso in pausa pranzo).

Non solo attività per bambini ma anche dare grande importanza alla formazione: il workshop di **Francesca Palombi** e **Simona Astolfi** propone agli adulti che vogliono sensibi-

lizzare i bambini allo Yoga un percorso originale: "Giocare sul campo" un'esperienza ludico didattica per stimolare l'equili-



brio personale, la consapevolezza del sé e dell'altro con le asana ma anche colori, materiali, storie e racconti.

YOGA A COLAZIONE

La gratitudine comincia dal mattino! Chi ha già dimestichezza con la vita dei ritiri o dell'ashram non si scomporrà a questa nuova iniziativa: è **BREAKFAST YOGA**, destinata ad attrarre chi ama i tempi della vera pratica Yoga che comincia sempre all'alba con il sole che sorge e a stimolare chi è un praticante meno mattiniero, magari un po' pigro, spingendolo a partecipare. Si tratta di due incontri, sabato e domenica mattina prima dell'apertura ufficiale del festival, per meditare e praticare insieme che terminano con una prima colazione, naturalmente vegana, offerta da YogaFestival a tutti i partecipanti. Un'esperienza unica che apre gli occhi e il cuore, condotta sabato da **Paolo Ricci** e domenica da **Andrea Serena**.

IL CIBO È SACRO

Preparare il cibo. Fin dall'inizio dell'umanità è stato un rituale importante, ricco di implicazioni, un rito alchemico che trasmuta gli ingredienti, diventando un ringraziamento nelle cerimonie ma anche un segno di gioia e pace in famiglia, quando lo si prepara tutti insieme. Sono molteplici gli aspetti della sua sacralità: ne parlano domenica pomeriggio **Padre Antonio Gentili** con **Antonio Nuzzo** e **Simone Salvini** per un incontro corale che si preannuncia davvero sorprendente!

Kay Rush: la mia vita nello Yoga

Kay Rush: giornalista, disc jockey, conduttrice radiofonica e televisiva, scrittrice. Come e quando ti sei avvicinata allo Yoga?

Per raccontare il mio avvicinamento allo Yoga dovrei tornare indietro di molti anni, quando ero una bambina. La mia vita è sempre stata abbastanza spirituale, da parte di mia madre vengo da una famiglia buddhista e abbiamo sempre parlato di spiritualità, da parte di padre invece sono cristiani luterani. Anche la scelta avvenuta 25 anni fa di andare a vivere in montagna era sicuramente una scelta dettata da un richiamo della natura alla tranquillità e spiritualità. Ho cominciato invece a seguire il cammino dello Yoga, inteso proprio come Yoga asana, circa 6 anni fa. Decisi di iniziare a praticare Hatha Yoga proprio perché è una pratica che porta allo Yoga che è un'unione di mente, corpo e spirito. Negli ultimi quattro anni, grazie ai miei lunghi soggiorni in India, ho cominciato a seguire una vita più spirituale meditando e iniziando una mia personale sadhana per una trasformazione della mia mente, questa è la mia vera ricerca. Lo Yoga fa parte di questo cammino.

Accompagni alla 7ª edizione di YogaFestival Roma lo Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj, come vi siete trovati?

Ho conosciuto Swamiji (Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj) quattro anni fa durante il mio primo viaggio in India per frequentare un corso breve di Iyengar Yoga all' Ashram di Swami Dayananda. La mia idea era di staccarmi dalla mia vita dove mi trovavo ad un bivio. Volevo intraprendere Iyengar Yoga per cominciare a fare Yoga seriamente, quindi sono partita per questo corso in India dove insegnava Swamiji che mi colpì profondamente. Dopo aver studiato tante religioni stavo andando oltre, non cercavo un guru o qualche risposta dall'altra parte del mondo, io sono già metà orientale e metà occidentale e avevo già questo mix dentro di me. Le sue parole, il modo in cui spiegava la filosofia yogica senza parlare di religione, come dovrebbe essere lo Yoga, mi colpirono molto. In più, nonostante sia un grande esperto di Veda e di Vedanta che, come sappiamo, sono insegnamenti molto antichi, aveva un modo molto moderno di esprimersi. Le sue parole arrivano alle persone di qualsiasi età, religione o cultura. Riesce a spiegare qual è la parte fondamentale della filosofia yogica e perché è importante saperne qualcosa, bisogna capirla per poi applicarla alle asana, andare oltre



e non limitarsi alle posture. Lo Yoga non è posizioni, non è solo quello.

Come l'incontro con il maestro, un personaggio dal così ampio lignaggio e dalla profonda fede, ha segnato il tuo percorso spirituale?

Tra me e Swamiji, proprio dall'inizio, è nata un'amicizia, era come se ci conoscessimo da più vite. Il rapporto è stato subito stretto, come tra amici: parliamo, discutiamo, ci scambiamo i punti di vista. Questo è quello che mi è subito piaciuto di Swamiji, non è il guru che guarda gli studenti dall'alto in basso. È molto aperto alle discussioni e alle opinioni degli altri, questo incontro mi ha segnato moltissimo, non soltanto con i suoi insegnamenti. Ho l'abitudine di analizzare quello che penso e le mie emozioni, le guardo, le riguardo, le analizzo e in Swamiji ho trovato qualcuno con cui posso davvero discutere di queste cose che sento, che penso. Quello che ho imparato è che siamo un po' noi il guru di noi stessi, certamente è importante avere qualcuno che ti possa ascoltare e che ti possa dare un'opinione. Puoi anche non essere d'accordo con l'opinione che ti da il tuo interlocutore ma il confronto ti fa comunque aprire gli occhi, ti fa pensare e questo è quello che rappresenta per me Swamiji.

Come definiresti il tuo cammino yogico?

Ultimamente mi sto dedicando sempre più alla mia sadhana, ogni mattina riservo quattro/cinque ore alla meditazione pranayama e alle asana. Tutto quello che faccio è per la trasformazione della mia mente. Certo, ho delle responsabilità nella mia vita di tutti i giorni ma credo che chi sceglie questo cammino deve anche viverlo quotidianamente. Tante scelte che ho fatto come vivere da sola, vivere in montagna, vivere nella natura, passare 6 mesi in India, fanno parte di questo fiume che mi sta portando a casa. Mi

È NATA YOGA COMMUNITY!

Yoga Community è un nuovo progetto di YogaFestival dedicato a scuole, centri, insegnanti volto a creare una comunità di persone e professionisti che operano nel campo dello Yoga consapevoli del grande impegno a cui sono chiamati, ovvero offrire alla società modi per conoscerlo di più e vivere meglio. In ventitre edizioni di YogaFestival - tra Milano Roma Catania Merano - abbiamo incontrato migliaia di praticanti, centinaia di scuole e Maestri provenienti da tutto il mondo. Insieme abbiamo condiviso esperienze, riflessioni, pratiche e ricerche, intrecciando i nostri percorsi. Siamo cresciuti insieme, rafforzandoci sempre di più. Siamo diventati una vera comunità, in cui ormai ci riconosciamo e rivediamo sempre con gioia. Per mantenere vive le relazioni tra tutti noi e per creare maggiori opportunità arriva Yoga(Festival) Community, una rete di Scuole, Centri, Maestri e Praticanti in costante contatto e scambio; uno spazio virtuale affiancato da servizi e momenti pensati per comunicare meglio, organizzarsi meglio, per mettere assieme le forze ed essere sempre più incisivi nella diffusione dello Yoga. Iscriverti per un anno è facile: visitate la sezione YogaCommunity sul sito di YogaFestival, oppure chiedete maggiori informazioni al desk di Roma YogaFestival: **insieme è Yoga!**



vedo come un fiume che va verso l'oceano, seguo dove mi porta l'universo ma nello stesso tempo non è un seguire alla cieca, sento benissimo dentro di me cosa devo fare e dove devo andare. Devo mantenere questo equilibrio, continuare ad andare in questa direzione, lasciare dietro tante cose che non servono più, tante cose del mondo materiale mi pesano e pian piano le sto lasciando. Non faccio cose esagerate, pondero moltissimo, medito tanto e poi lascio andare le cose. Questa è la direzione, il mio cammino: la trasformazione della mia mente e del mio cuore e farò qualsiasi cosa per continuare in questo cammino.

LA GRATITUDINE? PAOLO MASINI HA UNA BELLA IDEA

Paolo Masini, assessore ai Lavori Pubblici e Periferie nella giunta del sindaco Marino, al nostro fianco fin dalla prima edizione, ha ben chiaro cosa sia la gratitudine: "Si pensa troppo a ciò che non si ha e non abbastanza a quel che già abbiamo. Non siamo abbastanza grati per ciò che riceviamo: io cerco di essere grato per quel che ho, grato per essere stato chiamato ad occuparmi di Roma, la più bella città del mondo. Come diceva **Petroselli**, uno dei sindaci più popolari di Roma, si può governare Roma solo se si è grato. Di gratitudine ce n'è sempre bisogno perché l'approccio positivo e grato alla vita è l'unico baluardo che abbiamo per respingere la negatività imperante."



Foto: © 2010 Salvatore Contino

Il linguaggio dello Yoga

Il sanscrito, è la lingua più antica che si conosca, alla radice di centinaia di altre lingue compresa la nostra.

Lingua sacra, trasmessa oralmente dai tempi dei **Veda**, i più antichi testi sacri dell'uomo, è capace anche solo ripetendone il suono di metterci in risonanza con le energie creatrici dell'universo (il logos creatore), da cui derivano i mantra, capaci di creare nell'iniziato che li usa coscientemente un'espansione della coscienza in base allo

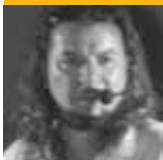


specifico campo di forza sottile generato da ogni fonema. Un appuntamento da non perdere, per gli appassionati, è quello domenica mattina con **Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj**, che preoccupato della misera condizione dell'istruzione del sanscrito, propone da tempo incontri per conoscerne meglio il significato più profondo. Il laboratorio, domenica mattina, è indicato per tutti coloro che insegnano Yoga e che vogliono capire il recondito significato delle parole usate.

4 • YogaFestival Roma 2014

IL SUONO DELLO YOGA

Il suono è stimolo per il corpo e per la mente, parte fondamentale della pratica. Utilizzare gli strumenti permette di portare le persone in uno stato di quiete e di calma interiore a contatto con la propria anima. Con la performance/laboratorio di **Peter Treichler** "Voce e gong, dialogo sonoro con la propria anima" è possibile sperimentare la forza del suono, del condividere la propria voce con gli altri quale forma di comunicazione rispettosa nella gioia del fare insieme. Il ritmo delle Percussioni Live - Meditazione in movimento di **Paolo Greco** costituisce invece un percorso sonoro per lasciarsi trasportare dal suono dei tamburi con la dolcezza del ritmo e la forza delicata delle percussioni. Con Paolo, appuntamento venerdì sera per una vera immersione sonora.

CUCINARE?
CON LA MASSIMA
GRATITUDINE

Utilizzare solo prodotti che non richiedano l'uccisione della pianta e del vegetale: è la **cucina frugivora**, una forma di vegetarianismo estremo. Questa è la nuova sfida di

Simone Salvini, nutrirsi nel rispetto della pianta che in quanto essere vivente gode di diritti e va rispettata. Il laboratorio di domenica parlerà di questo aspetto del veganesimo: non vedremo sedano e patate che, raccolti dalla terra sradicano la pianta stessa, ma melanzane e legumi, frutta ed erbe aromatiche e speciali condimenti preparati in modo da rispettare semi, olive e frutta secca.

HAI UNA DOMANDA?
YOGA CAMPUS RISPONDE!

Un progetto tutto nuovo, **Yoga Campus**, a cura di **Antonio Nuzzo** e la sua scuola, apre a YogaFestival per la felicità dei visitatori neofiti e curiosi: Yoga Campus è un desk aperto a tutti per condividere e informarsi, per praticare e riflettere insieme a un gruppo di insegnanti che offriranno la loro disponibilità per spiegare, insegnare fuori dagli spazi dedicati a conferenze, lezioni e work-shops stabiliti nel programma. La disponibilità in qualsiasi orario per chi ha bisogno di chiedere, di indagare, di conoscere, di provare un āsana, una respirazione, un prāṇāyāma per confrontarsi, cercare risposte e impressioni da esprimere. **Antonio Nuzzo sarà presente con Wanda Vanni nel programma di venerdì con seminari collegati. Prezzo speciale per chi intende frequentarli entrambi!**

YOGA E SALUTE: la visione
del dott. Ram Rattan Singh

intervista di Betta Frera

IL DOTTOR RAM RATTAN SINGH MEDICO CHIRURGO, ALLIEVO DIRETTO DI YOGI BHAJAN E INSEGNANTE DI KUNDALINI YOGA, IDEATORE DEL PROGETTO YOGA E SALUTE, DA ANNI STUDIA E IMPIEGA LO YOGA E LE TECNICHE DI MEDITAZIONE COME SOSTEGNO E COMPLEMENTO DEI METODI DI CURA TRADIZIONALI.

Come è avvenuto il passaggio da chirurgo a ricercatore e praticante studioso di Yoga?

Qualcuno l'ha visto come un abbandono, una rottura con la medicina tradizionale: in realtà ho seguito un filo logico e coerente. È come se con la medicina classica avessi studiato la faccia illuminata della luna e con lo Yoga ho conosciuto quella nascosta, ottenendo così una visione più completa e integrata dell'essere umano. Insegnare a respirare, a calmare la mente e a prendersi cura della propria energia con le potenti tecniche naturali del Kundalini Yoga è per me un atto medico a tutti gli effetti.

Dove Yogi Bhajan ha dato un contributo fondamentale?

Yogi Bhajan ha insegnato per 33 anni innumerevoli discipline: umanologia, terapia yogica, psicologia, comunicazione consapevole, numerologia tantrica e più di 8000 tecniche e meditazioni. È impossibile riassumere per me l'infinita quantità di contributi che ho ricevuto da questi insegnamenti. Dal punto di vista del rapporto con la salute, due sono gli elementi fondamentali del suo insegnamento: la mappa descrittiva dell'anatomia e fisiologia multidimensionali dell'uomo e il concetto che noi siamo i creatori della nostra energia.



Cosa dirai ai partecipanti allo Yoga Festival?

Il mio messaggio per lo Yoga Festival: mezz'ora al giorno di Kundalini Yoga ben fatto possono aprirci nuovi orizzonti di gioia e benessere.

Al festival quest'anno si parlerà di Gratitudine, ci dici il tuo pensiero?

Condividerò con tutto il festival una frase di Yogi Bhajan: "To be grateful will make you Great and full. Essere grati vi renderà grandi e pieni"

*"Essere grati
vi renderà
grandi e pieni"*

Sotto il cielo di Roma

Nuovi incontri per stimoli, riflessioni e seminari innovativi. Allo YogaFestival le novità non mancano! Sabato mattina si aprono le classi di buonora con **Andrea Serena** e i suoi **5 TIBETANI**, insegnamenti antichi dello Yoga fisico tibetano. Facili da apprendere sono praticabili anche da chi non ha specifiche conoscenze di Yoga, i cinque riti lavorano su tutte le parti del corpo, curano e rivitalizzano, calmano le emozioni e schiariscono la mente con benefici contro ansia, nervosismo ed insonnia. Continuando con il rilassamento **Sandra Monteleoni** ci libera dalle fatiche e preoccupazioni con **Addio Stress!**, una serie di posture di Hatha Yoga mirate a calmare la mente dallo stress quotidiano e a ritrovare il giusto equilibrio tra energia fisica, mentale ed interiore. I movimenti della colonna vertebrale diventano come onde nel **TriYoga Flow** di **Eva Maria Beck** grazie al rilassamento in azione, l'economia dei movimenti e il ritmo del respiro e del movimento di armonizzazione.

ASANA IN TV

YOGARE è la prima scuola italiana di Yoga virtuale on-line, che segue il praticante a casa, in ufficio, in viaggio, dovunque: basta abbonarsi e avere una connessione internet per seguire le lezioni dal monitor, dal tablet o dallo smartphone. Rigenerare il proprio sistema psico-fisico e poterlo fare quando realmente si ha tempo, nel luogo e all'ora che si preferisce, da soli o in compagnia, è un vantaggio reale. Le lezioni di Yoga sono filmate in HD e partecipano gli insegnanti più qualificati d'Italia: **Piero Vivarelli, Anna Inferrera, Jacopo Ceccarelli, Mark Dikzkowsky, Andrea Boni, Elena De Martin, Giovanni Asta, Siri Gopal Singh, Cristian Sassi, Sara Bigatti, Jayadev Jaerschky, Roberto Rinaldini, Ross Raiburn, Alberto Vezzani** e molti altri. Grazie all'efficace punto di ripresa della telecamera rispetto al maestro e all'attenta disposizione dei tappetini, la pratica on-line ti dà la sensazione di essere in classe... restando a casa! Provare per credere: www.yogare.eu



La postura non è a posto?

Marc Woolford, nei due incontri di sabato e domenica, focalizza la pratica alla risoluzione dei problemi posturali che tutti noi uomini del mondo moderno sviluppiamo nella vita urbana. La sua pratica estremamente efficace discende da Wanda Scaravelli, tra le pioniere dello Yoga in Italia del secolo scorso.

YOGA, NATURA E MEDITAZIONE

La natura è maestra di meditazione e il parco di Villa Pamphili offre un'occasione imperdibile per praticare Yoga a contatto con la bellezza e la forza della natura. Camminate meditative con **Paolo Ricci** verso gli spazi silenziosi del parco per trovare un contatto con la natura di maggiore intensità perché la natura è maestra di meditazione. La capacità di sentirci ci porta ad un flusso naturale di confidenza e maggiore amore per noi stessi, **Tyler Micocci** insegna ad Essere Presenti, l'arte della presenza attraverso lo Yoga Kundalini, la meditazione, le tecniche di respirazione, il metodo dell'Inquiring (inchiesta interiore) e la condivisione. Il Respirare è parte fondamentale della meditazione e della stessa esistenza, ci tiene in vita e ci accompagna in ogni momento, fin dalla nascita, ma spesso ce ne dimentichiamo o non ci pensiamo. Imparare a respirare meglio con il seminario di **Andrea Serena** aiuta a migliorare la nostra qualità di vita e a interagire con la nostra mente.

Africa Yoga Project

Prima vista, l'idea di un progetto che porti lo Yoga in Africa può sembrare bizzarra. Il continente africano è legato a necessità ben più primarie dello Yoga. Eppure, il modello classico di aiuti umanitari viene ora messo in discussione da molti autorevoli intellettuali e ci si sta rendendo conto che non saranno le periodiche piogge di denaro inviate in vari paesi del continente a risolvere i



problemi. **Africa Yoga Project**, un'organizzazione attiva dal 2007 in Kenya, è nata da un'idea di **Paige Elenson**, insegnante di Yoga, insieme al più noto Baron Baptiste, suo maestro: scopo di questa organizzazione no profit è

quello di diffondere lo Yoga in Kenya e nell'Africa orientale e, attraverso di esso, contribuire al miglioramento della qualità della vita locale, creando scuole di Yoga e posti di lavoro, utilizzando le potenzialità che questa disciplina offre per migliorare la vita quotidiana. AYP sarà presente al festival con **Christiane Piano**, che in Italia diffonde il suo messaggio con corsi di Baptiste Power Yoga devolvendo il ricavato all'associazione.



Sfoggia la pratica

Anche leggere di Yoga è praticare: **Arathi Sabrina** Giannò presenta *Il piccolo Yogi - Yoga per bambini felici*, guida per gli adulti per valorizzare le innate qualità e talenti personali del bambino con l'aiuto delle meravigliose Carte di Luce. **Dario Doshin Girolami** ci porta nella tradizione buddhista con **Lo Zen**

Soto e i Koan - *La Via della presenza di spirito*. I Koan, antiche storie di illuminazione, sono narrazioni senza tempo, commentate secondo lo stile Zen Soto, per guidare nella meditazione e per trovare se stessi in questo infinito universo. Apparentemente un libro di anatomia ed embriologia ma in realtà un

racconto sul viaggio della vita, che l'anima intraprende incarnandosi in un corpo fisico: ne parla il Dottor **Ernesto Iannaccone** con *Il Libro del corpo*, La Sarirasthana, cuore spirituale della Caraka-Samhita, è il trattato di medicina ayurvedica più antico ed autorevole, qui tradotto per la prima volta in italiano.

QUANDO LO YOGA TI SUPPORTA

Blocchi, sedie, cinture, coperte, pareti, rinforzi, corde: lo Yoga non è solo asana a corpo libero e, a volte, anche i praticanti più esperti hanno bisogno di un ausilio. B.K.S. Iyengar è stato il primo ad utilizzare una serie di attrezzature e accessori per aiutare i suoi studenti a migliorare le asana e raggiungere il massimo beneficio: di tanto in tanto, qualche



supporto Yoga è un qualsiasi oggetto che aiuta ad allungare, rinforzare, rilassarsi o migliorare l'allineamento del corpo. **Eyal Shifroni**, Senior Teacher Iyengar ed insegnante internazionale, ci accompagna in questo cammino verso l'utilizzo dei sostegni con classi giornaliere dal venerdì alla domenica. Di grande esperienza pratica, racconta e

riunisce nei suoi libri *A Chair for Yoga* e il recentissimo *Props for Yoga* la

sua esperienza con i sostegni, che presenta al festival. In Anusara Yoga i supporti non sono intesi in sostituzione alla pratica individuale a corpo libero degli asana, ma vengono utilizzati con equilibrio in situazioni specifiche per favorire l'allineamento ottimale del corpo: per prepararlo ad affrontare posture più avanzate e complesse, e per favorire processi terapeutici. Anche **Piero Vivarelli** nella classe di Anusara di venerdì aiuterà a esplorare, comprendere e usare con efficacia la tecnica dell'assistenza, del



lavoro in coppia e dell'uso dei sostegni quali sedie, cinghie e blocchi. Una classe dove apprendere diverse soluzioni per aiutare nel progresso della pratica personale e, per chi insegna, dei propri studenti. Entrambi gli incontri sono consigliati a chi ambisce ad insegnare o a perfezionarsi nella pratica.

NON SOLO YOGA

Sempre ampia la sezione dedicata alle discipline olistiche, bio-naturali e alle medicine non convenzionali. Si comincia con **Sat Guru Charan**, insieme metodo e scuola per il massaggio dei piedi: partendo dalla Riflessologia plantare, il trattamento richiede un'azione attiva in uno stato meditativo e consapevole. Grande spazio alla formazione anche nell'ambito Shiatsu, rispettando la tradizione giapponese. **L'Accademia Shiatsu Do** propone un percorso evolutivo, basato sulla pratica di kata (forme codificate di trattamento), che

accompagna l'allievo in un apprendimento semplice e lineare nella sua gradualità. Shiatsu ma anche Yoga e Tai-Chi, oltre a seminari e conferenze nella **Scuola di Shiatsu Igea** aperta a chi vuole conoscere le innumerevoli ricchezze delle diverse Arti per la salute. Meditazione è suono con il Centro di **Monika Paul** che propone musicoterapia con l'arpa, terapia con il diapason, trattamenti con campane tibetane e molto altro. Chi vuole



saperne di più sul counseling, una nuova figura professionale di aiuto emotivo, si può rivolgere a **Elena Trucco**; ogni persona ha già in sé tutte le potenzialità e le energie per affrontare e risolvere le proprie momentanee difficoltà, il counseling fornisce l'aiuto per ritrovare tali risorse ed attivarle. Se il corpo ha bisogno di correggersi dalle fatiche e dolori di ogni giorno, **AIMOB** presenta il Metodo Ortho-Bionomy per un riequilibrio fisico ed energetico adatto a restituire al corpo maggiore sensibilità e libertà di movimento.

6 • YogaFestival Roma 2014



ReYoga

Vieni a testare **GRATUITAMENTE** la praticità dei nostri tappetini!

Ti ricicliamo il tuo vecchio tappetino con un **BUONO SCONTO** di **€5** su un nuovo **ReMat**

Ortho-Bionomy®
 Applica correttamente anche tu le leggi della vita

CORSI DI FORMAZIONE PER OPERATORI DI ORTHO-BIONOMY

AIMOB
 ASSOCIAZIONE ITALIANA METODO ORTHO-BIONOMY®

www.aimob.it - orthobionomy.roma@gmail.com

YOGAFLOW
 di Janine Claudia Nizza

VAMASTE SRYA FLOW!
 freeclass

Venerdì 19 settembre 2014
 ore 17:00 Cascina Farsetti
 Villa Pamphili
 Yoga Festival Roma

corsi principianti, intermedi e avanzati
 Studio Portuense (zona Lago La Loggia)
 Roma - Italy

FLOWORK
 FAO Staff Course every thursday at 1:00 pm Gym A

All'insegna del ringraziamento per se stessi e per la natura.

Una classe di yoga che attraverso il vinyasa flow sprigiona blessing cosmici tra i partecipanti!

www.yogaflow.it
 info@yogaflow.it
 338 56 53 872

Trovare, Scegliere e Orientarsi

nel mondo delle discipline olistiche, bio-naturali e delle medicine non convenzionali

www.olisticmap.it

Tour Europeo di **Sri Tathata**
 "La Via verso l'Armonia Universale"

ROMA
 25/27 Ottobre 2014

Centro Tecnico Federale FIB
 Via del Fiume Bianco, 75

"E' giunto per l'Umanità il tempo di vivere consapevolmente, nella gioia e nell'amore, in armonia con tutto l'Universo."

www.tathataedizioni.it info@tathataedizioni.it
 Tel. 339 9961919

Kundalini Yoga
 come insegnato da Yogi Bhajan

"Questo non è lo yoga che si pratica in solitudine, in cima ad una montagna e fuori dalla realtà, è stato tramandato per la gente che lavora, ha una famiglia ed è sottoposta agli stress di ogni giorno".

"La felicità è un tuo diritto di nascita. Non ti puoi essere tolto. La mia domanda è: sei felice? Se sei felice sei meraviglioso. Se non sei felice sei inutile a te stesso".

Il Kundalini Yoga ti rende libero e ti aiuta a trovare la tua strada per la felicità.

bolken
 Associazione Spirituale Centro Kundalini
 www.bolken.com

IGEIA®

SCUOLA SHIATSU

- ROMA -

www.shiatsuigea.com

YOGAESSENTIAL
 wear, breathe, practice

SHOP AT YOGAESSENTIAL.IT

OM EDIZIONI

AMORE E CONOSCENZA
OM SHANTI OM

La casa editrice OM EDIZIONI nasce nell'anno 2000 con lo scopo di fornire delle conoscenze positive per capire ed amare meglio se stessi, gli altri e la vita. I nostri libri vi offrono informazioni ed insegnamenti per raggiungere e mantenere una vita vissuta con amore, gioia e pace mentale. La nostra visione è armonica, corpo, mente e spirito sono un valore unico che va rispettato e amato sia sul piano fisico che quello spirituale.

Om Nama Shrivaya

PROGRAMMA

Lezioni di Yoga, meditazione, presentazioni e conferenze

**PIÙ DI 40 APPUNTAMENTI PER PRATICARE
YOGA, MEDITAZIONE, CONSAPEVOLEZZA DEL CORPO, BENESSERE DELLA MENTE**

ANUKALANA YOGA • ANUSARA YOGA • AYURVEDA • BAPTISTE POWERVINYASA YOGA • HATHA YOGA
• I 5 TIBETANI • IYENGAR YOGA • MEDITAZIONE TANTRICA • SANSKRITO • SATYANANDA YOGA •
SCARAVELLI INSPIRED • TRADIZIONE ANDRÉ VAN LYSEBETH • TRADIZIONE DONA HOLLEMAN •
TREKKING YOGA • TRIYOGA • VEDANTA • VINIYOGA • YOGA DEL GONG • YOGA DELLA RISATA •
YOGA E BIMBI • YOGA E PERCUSSIONI • YOGA KUNDALINI • YOGA PER DUE • ZEN SOTO



SIMONA ASTOLFI • EVA MARIA BECK • MARIA CRISTINA KAVERI CANTONI • JACOPO CECCARELLI •
ELENA DAL FORNO • GIOVANNI GEMMITI • PADRE ANTONIO GENTILI • ARATHI SABRINA GIANNÒ •
DARIO DOSHIN GIROLAMI • PAOLO GRECO • PATRIZIA GREGORI • ERNESTO IANNACCONE •
TYLER MICOCCI • SANDRA MONTELEONI • ANTONIO NUZZO • LORENA PAJALUNGA • FRANCESCA
PALOMBI • CHRISTIANE PIANO • PAOLO RICCI • IRENE RINALDI • SIMONE SALVINI • ANDREA
SERENA • EYAL SHIFRONI • RAM RATTAN SINGH • LAURA TOFFOLO • PETER TREICHLER •
WANDA VANNI • ALBERTO VEZZANI • PIERO VIVARELLI • MARC WOOLFORD • MARIO ZANOLETTI

**CON NOI SWAMIJI ABHISHEK CHAITANYA GIRI MAHARAJ
E KAY RUSH PER LA PRIMA VOLTA A ROMA YOGAFESTIVAL**

WWW.YOGAFESTIVAL.IT - SEGUICI SU FACEBOOK!

8 • YogaFestival Roma 2014

Orari | seminari e conferenze

sala 1

sala 2

VENERDÌ 19

10.00 - 13.00 | **Trad. Van Lysebeth**
Antonio Nuzzo - ITALIA
L'umiltà nello Hatha Yoga
 Seminario intensivo con attestato per insegnanti e avanzati, pratica dinamica
 Contributo € 30,00

14.00 - 17.00 | **Anusara Yoga**
Piero Vivarelli - ITALIA
L'assistenza, il lavoro in coppia e l'uso dei supporti nella pratica dell'Hatha Yoga
 Seminario intensivo con attestato per insegnanti e avanzati, pratica dinamica
 Contributo € 30,00

17.30 - 19.00 | **Laughter Yoga**
Laura Toffolo - ITALIA
SPECIAL EVENT! Ridere e respirare per essere grati
 Seminario multilivello
 Ingresso libero

SABATO 20

10.00 - 12.00 | **Anusara Yoga**
Piero Vivarelli - ITALIA
La Pratica, un atto di Gratitudine
 Seminario multilivello, pratica dinamica
 Contributo € 20,00

12.15 - 14.15 | **Scaravelli Inspired**
Marc Woolford - UK
Il vero significato e il valore della presenza e della non violenza applicati direttamente alla pratica
 Seminario intensivo per insegnanti e avanzati, pratica dinamica
 Contributo € 20,00

14.30 - 16.30 | **Iyengar Yoga**
Eyal Shifroni - ISRAELE
Introduzione al metodo Iyengar
 Seminario multilivello, pratica intensa
 Contributo € 20,00

16.45 - 18.15 | **Anukalana Yoga**
Jacopo Ceccarelli - ITALIA
Aprire lo spazio del Cuore per colmarlo di Gratitudine
 Seminario multilivello, pratica dinamica
 Contributo € 10,00

Dalle 19.00 | **Cerimonia**
Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj - INDIA
SPECIAL EVENT! Puja di ringraziamento al Divino
 Ingresso libero

DOMENICA 21

9.30 - 10.00 | **Messa... Yogica**
Padre Antonio Gentili - ITALIA
Segnalato da Yoga Journal
SPECIAL EVENT! Una Messa nel "Cortile dei Gentili"
 Ingresso libero

10.00 - 12.00 | **Trad. Van Lysebeth**
Antonio Nuzzo - ITALIA
La pratica, un rituale che contiene un'offerta
 Seminario multilivello, pratica soft
 Contributo € 20,00

12.15 - 14.15 | **Anusara Yoga**
Piero Vivarelli - ITALIA
Sintonizzati con la Pulsazione del Cuore
 Seminario multilivello, pratica dinamica con musica
 Contributo € 20,00

14.30 - 16.30 | **Kundalini Yoga**
Ram Rattan Singh - ITALIA
Segnalato da Yoga Journal
Yoga e salute del sistema endocrino
 Seminario multilivello, pratica dinamica
 Contributo € 10,00

16.45 - 18.15 | **Baptiste Power Vinyasa Yoga**
Christiane Piano - ITALIA
Africa Yoga Project and You
 Incontro multilivello, pratica dinamica
 Contributo € 15,00

10.00 - 13.00 | **Iyengar Yoga**
Eyal Shifroni - ISRAELE
Yoga con l'aiuto della sedia
 Workshop per insegnanti e avanzati
 Contributo € 30,00

14.00 - 17.00 | **Trad. Van Lysebeth**
Wanda Vanni - ITALIA
La pratica dello Hatha Yoga per coltivare l'unione delle due potenzialità Ha e Tha, solare e lunare
 Seminario intensivo con attestato per insegnanti e avanzati, pratica dinamica e meditativa
 Contributo € 30,00

17.15 - 18.45 | **Laboratorio**
Arathi Sabrina Giannò - ITALIA
SPECIAL EVENT! Bambini felici con l'Ananda Yoga e le "Carte di Luce!"
 Contributo € 10,00

10.00 - 11.30 | **TriYoga**
Eva Maria Beck - GERMANIA
TriYoga Flow
 Seminario multilivello, pratica dinamico-meditativa
 Contributo € 10,00

11.45 - 13.15 | **Hatha Yoga**
Sandra Monteleoni - ITALIA
Addio Stress
 Incontro di Hatha Yoga per principianti e multilivello
 Contributo € 10,00

13.30 - 15.30 | **Yoga Kundalini**
Tyler Micocci - ITALIA
Arte di Essere Presenti
 Laboratorio multilivello, pratica dinamico meditativa
 Contributo € 10,00

15.45 - 17.15 | **Dona Holleman**
Patrizia Gregori - ITALIA
I Bandha nella pratica Yoga
 Seminario multilivello, pratica dinamica
 Contributo € 10,00

17.30 - 19.00 | **Viniyoga**
Irene Rinaldi - ITALIA
SPECIAL EVENT! Un'orchestra: la voce ed il respiro
 Ingresso libero

8.00 - 10.00
Andrea Serena - ITALIA
SPECIAL EVENT! I 5 Tibetani
 Seminario multilivello, pratica dinamica, breakfast vegano per tutti i partecipanti
 Contributo € 15,00

10.00 - 12.00 | **Iyengar Yoga**
Eyal Shifroni - ISRAELE
Gli attrezzi dello Yoga
 Seminario intermedio, pratica dinamica
 Contributo € 20,00

12.15 - 13.45 | **Laboratorio**
Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj - INDIA
Sanscrito, il linguaggio degli dei
 Laboratorio linguistico
 Contributo € 20,00

14.30 - 16.30 | **Scaravelli Inspired**
Marc Woolford - UK
L'importanza delle qualità del tatto e delle relazioni nello spazio che occupano
 Seminario intensivo per insegnanti e avanzati, pratica dinamica
 Contributo € 20,00

16.45 - 18.15 | **Satyananda Yoga**
Francesca Palombi e Simona Astolfi - ITALIA
Se avessi cominciato da piccolo! Primi passi nello Yoga tra storie, forme e colori
 Seminario multilivello, pratica leggera/soft
 Contributo € 10,00

sala conferenze

altri eventi

14.00 - 15.30 | **Conferenza**
Mario Zanoletti - ITALIA
L'arte della naturopatia:
risvegliare la forza vitale
per accogliere la guarigione
Ingresso libero

16.00 - 17.30 | **Conferenza**
Giovanni Gemmiti - ITALIA
Come vivere a lungo sani e felici:
Maharishi Ayurveda e Yoga
Ingresso libero

10.00 - 11.30 | **Laboratorio Musicale**
Peter Treichler - ITALIA
SPECIAL EVENT!
Voce e gong, dialogo sonoro
con la propria anima
Seminario multilivello, pratica
musicale-meditativa
Contributo € 10,00

12.00 - 13.30 | **Ayurveda**
Ernesto Iannaccone - ITALIA
Il corpo immaginario dell'Ayurveda
Ingresso libero

14.00 - 15.00 | **Conferenza**
Alberto Vezzani - ITALIA
YOGARE da casa - pratica Yoga
dove vuoi quando vuoi
Ingresso libero

16.00 - 17.00 | **Presentazione libro**
Dario Doshin Girolami - ITALIA
Lo Zen Soto e i Koan - La Via della
presenza di spirito
Ingresso libero

17.30 - 19.00 | **Mantra Yoga**
Maria Cristina Kaveri Cantoni
ITALIA
Sincronizzarsi con l'Energia
Universale attraverso la vibrazione
dei Mantra Vedici
Laboratorio esperienziale
Ingresso libero

10.00 - 11.00 | **Conferenza**
Swamiji Abhishek Chaitanya Giri
Maharaj - INDIA
Vedanta, la scienza
dell'autorealizzazione
Ingresso libero

11.15 - 12.45 | **Presentazione libro**
Arathi Sabrina Giannò - ITALIA
Il Piccolo Yogi - Yoga per bambini
felici
Ingresso libero

13.00 - 14.30
Andrea Serena - ITALIA
Io respiro
Seminario/conferenza multilivello,
pratica dinamico-meditativa
Contributo € 10,00

15.00 - 16.30 | **Conferenza**
Padre Antonio Gentili,
Antonio Nuzzo, Simone Salvini
Il cibo sacro.
Alimentazione, purificazione,
pratica e spiritualità
Ingresso libero

14.00 - 15.00 | **TriYoga**
SALA MANDALA
Eva Maria Beck - GERMANIA
SPECIAL EVENT! TriYoga Flow
Seminario multilivello, pratica dinamico-meditativa
Ingresso libero

16.30 - 18.30 | **Yoga Kundalini**
SALA MANDALA
Tyler Micocci - ITALIA
Arte di Essere Presenti
Laboratorio multilivello, pratica dinamico meditativa
Ingresso libero

19.00 - 20.00 | **Performance Musicale**
SALA MANDALA
Paolo Greco - ITALIA
SPECIAL EVENT! Percussioni Live
Meditazione in movimento
Ingresso libero

5.30 - 8.00 | **Trekking Yoga + breakfast**
IN ESTERNO
Paolo Ricci ITALIA
SPECIAL EVENT! Nelle ore d'Ambrosia
Sadhana del mattino a Villa Pamphilj, breakfast
vegano per tutti i partecipanti
Contributo € 15,00

10.00 - 13.00 | **Cucina Yoga**
LABORATORIO DI CUCINA
Elena Dal Forno - ITALIA
Crudo e semplice
Laboratorio di cucina crudista
Contributo € 30,00

10.00 - 13.00 | **Cucina Yoga**
LABORATORIO DI CUCINA
Simone Salvini - ITALIA
Il gusto nella natura
Laboratorio di cucina vegana
Contributo € 30,00

10.00 - 13.00 | **Cucina Yoga**
LABORATORIO DI CUCINA
Simone Salvini - ITALIA
Nutrirsi con la massima gratitudine
Laboratorio di cucina vegana frugivora
Contributo € 30,00

15.00 - 18.00 | **Cucina Yoga**
LABORATORIO DI CUCINA
Elena Dal Forno - ITALIA
Una cruda giornata da re
Laboratorio di cucina crudista
Contributo € 30,00

18.30 - 20.00 | **Meditazione Tantrica**
SALA YANTRA
Paolo Ricci - ITALIA
SPECIAL EVENT! Cerchio curativo
Ingresso libero

VENERDÌ 19

SABATO 20

DOMENICA 21

VUOI PRATICARE SENZA PENSIERI? ECCO LE NOSTRE OFFERTE

Venerdì 19: se pratichi con Antonio Nuzzo e Wanda Vanni, entrambi rappresentati di Federazione Mediterranea Yoga, 2 seminari al prezzo di € 50.

Sabato 20 e Domenica 21: Special Card NO LIMITS, € 120 per praticare in libertà.

SPECIAL DAY CARD: € 50 per frequentare 3 seminari a tua scelta in un'unica giornata.

È la tua prima volta allo YogaFestival?

Non pratici da anni o sei un praticante esperto? Consulta il programma, ci sono classi per tutti i livelli!

I SEMINARI: COSA SONO?

Sono incontri con insegnanti selezionati da noi per voi. Per assistervi, vi chiediamo un contributo: ci aiuterà a coprire le spese che sosteniamo per ospitarli al meglio.

► **Seminario:** lezione di Yoga, di circa due ore, condotta da uno o più insegnanti. I maestri stranieri saranno tradotti in italiano.

► **Seminario intensivo:** lezione di tre ore, per insegnanti o allievi di grado avanzato. Spesso si rilascia un attestato di partecipazione (lo trovate indicato nel programma).

► **Special Event:** classi con particolari caratteristiche; possono essere di musica, di movimento, di danza o altro.

► **Performance, Concerto:** musica e canti da sperimentare insieme.

► **Conferenze:** cultura e approfondimenti teorici su temi specifici.

► **Laboratorio:** di cucina crudista e vegana, con degustazione finale.

Conferenze, libri, cucina naturale

Non solo pratica! Ci sono molti appuntamenti che possono interessare chi non se la sente di vivere tutta la giornata sul tappetino.

Incontri e conferenze sono a ingresso libero. Laboratori di cucina vegana e crudista: perché una vita yogica è sana a partire da ciò che si mangia. E tanti libri da sfogliare sotto gli alberi!

10 • YogaFestival Roma 2014

Orari Freeclass | ingresso libero

Cosa vuol dire Free class?

Le FreeClass sono lezioni gratuite di 50 minuti. Non occorre prenotare. Per conoscere un nuovo stile, una scuola o un maestro in tutta libertà abbiamo pensato alle FREE CLASS, lezioni gratuite, di media durata, aperte a tutti, condotte dalle scuole che sono presenti al festival e che trovate nell'area Scuole. Se vi piace uno stile, un nome, una descrizione venite a provare: trovate il vostro Yoga, quello che vi dà i maggiori benefici, che vi fa sentire bene, che è più "vostro".

Basta presentarsi indossando abiti comodi, possibilmente con il proprio tappetino. Se non lo avete, potete noleggiarlo dietro cauzione al desk Ritiro Prenotazioni.

Consultate il programma: ci sono incontri tutti pensati per chi affronta lo Yoga da principiante.



spazio mandala

spazio yantra

	spazio mandala	spazio yantra
VENI 9	Vedi programma altri eventi	16.00 - 16.50 APS CENTRO OLOS La "svolta" del BenEssere: scienza, coscienza ed esperienza a confronto
		17.00 - 17.50 JANINE CLAUDIA NIZZA Namastè Surya Flow!
		18.00 - 18.50 CENTRO GARBHA-YOGA Yoga & arte: un viaggio misterico nei simboli della "Grande Bellezza" della Città Eterna
SABATO 20	10.00 - 10.50 HARABENESSERE Active Yoga	10.00 - 10.50 HARI-OM SSD arl Hari Yoga Flow
	11.00 - 11.50 YOGANANDA Gitananda Yoga: l'antica tradizione Yoga dei Rishi	11.00 - 11.50 ASS.NE ANANDA Ananda Yoga dinamico per aprire il cuore
	12.00 - 12.50 ASSOCIAZIONE IKYTA Se non puoi vedere Dio ovunque, non puoi vederlo per niente Il Kundalini Yoga e l'apertura del terzo occhio	12.00 - 12.50 MONIKA PAUL Tutto in onde alfa - adulti e bambini
	13.00 - 13.50 EDIZIONI PROSVETA "Alla scuola del Maestro Peter Deunov" di Omraam Mikhael Aivanhov presentazione libro	13.00 - 13.50 II HEALERS Conoscere la benedizione del proprio Karma. Yoga, numerologia applicata ed auto-guarigione
	14.00 - 14.50 SANT BANI ASHRAM Come raggiungere il fine dello Yoga	14.00 - 14.50 ASSOCIAZIONE CONSE Il linguaggio del corpo e i colori dell'anima
	15.00 - 15.50 INTERNATIONAL CENTER YOGA ASSOCIATION Centered Yoga di Dona Holleman	15.00 - 15.50 RYOGA Surya Chandra Flow
	16.00 - 16.50 SCUOLA DI SHIATSU IGEA L'anima nello shiatsu (teorico/pratica)	16.00 - 16.50 YOGA JAP L'equilibrio delle Polarità
	17.00 - 17.50 ASS.SHAKTI - Kundalini Yoga e Sat nam Rasayan Felicità, un diritto di nascita	17.00 - 17.50 LA FENICE ASD - CENTR OLISTICO Hatha Yoga: sperimentare l'essere
18.00 - 18.50 CENTRO BUDOKAN...IN Trovate voi stessi attraverso l'insicurezza	18.00 - 18.50 ANUSARA SCHOOL OF HATHA YOGA ITALIA Fai fluire la gratitudine, sperimenta l'amore	
DOMENICA 21	10.00 - 10.50 YOGANANDA Gitananda Yoga: l'antica tradizione Yoga dei Rishi	10.00 - 10.50 ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO Shiatsu e Benessere
	11.00 - 11.50 ANUSARA SCHOOL OF HATHA YOGA ITALIA Yoga a coppie - dare con amore...ricevere con gratitudine	11.00 - 11.50 SELF REALIZATION FELLOWSHIP Self-Realization Fellowship: "meditazione guidata"
	12.00 - 12.50 ASD SAMADHI Anukalana Yoga: danzare tra le asana	12.00 - 12.50 ASS.NE TATHATA EDIZIONI AISWARA YOGA: allineare corpo prana e mente con l'energia della nuova era
	13.00 - 13.50 II HEALERS Conoscere la benedizione del proprio Karma. Yoga, numerologia applicata ed auto-guarigione	13.00 - 13.50 LE NUVOLE Trekking Yoga
	14.00 - 14.50 RYOGA Chakra Balacing Class secondo il metodo Jivamukti Yoga	14.00 - 14.50 SCUOLA YOGA ROMA I 5 elementi
	15.00 - 15.50 SAT GURU CHARAN SCHOOL OF REFLEXOLOGY L'attitudine in Sat Guru Charan è la gratitudine. L'intenzione è servire attraverso il trattamento (HSSK)	15.00 - 15.50 AIMOB Metodo Ortho-Bionomy® - Una vita per il Ben-Essere
	16.00 - 16.50 CENTRO STUDI BHAKTIVEDANTA Yoga e Volontà	16.00 - 16.50 ELENA TRUCCO Riallineamento vertebrale e counseling per il benessere psicofisico
	17.00 - 17.50 IL LABORATORIO DELL'ANIMA Il Sistema dei Chakra: strumento di Conoscenza e Ben-Essere	17.00 - 17.50 A.S.D.VEDAVITA Equilibrium - Armonia e potere

Con gratitudine, Maestro



Agosto 2014. YogaFestival e tutta la comunità yogica è unita in un pensiero di immensa gratitudine verso il Maestro Bellur Krishnamachar Sundararaja (B.K.S) Iyengar che recentemente ha lasciato il suo corpo terreno. Abbiamo molto amato il suo straordinario ed incessante lavoro, che ha

così aiutato lo sviluppo dello Yoga in Occidente.

Da più parti del mondo, tanti insegnanti del suo metodo hanno partecipato a YogaFestival celebrando i suoi insegnamenti e permettendo a moltissime persone di beneficiare del suo esempio.

B.K.S. Iyengar soleva dire: "lo Yoga è 99% pratica e 1% teoria delle proprie azioni".

Possiamo solo continuare con gratitudine in suo nome a praticare con generosità, passione e costanza il suo metodo di Yoga.

*"Lo Yoga è 99% pratica
e 1% teoria delle proprie azioni"*



Aforismi | le parole dei Maestri

Yoga è vigore nel rilassamento. Libertà nella routine. Sicurezza attraverso il controllo di sé. Energia in presenza e in assenza.
(Ymber Delecto)

Gli attrezzi più importanti di cui hai bisogno per fare Yoga sono il tuo corpo e la tua mente.
(Rodney Yee)

Vivere spiritualmente è vivere nel presente. Lo Yoga ci porta nel momento presente, facendoci diventare coscienti del nostro allineamento corporale, dei nostri movimenti e della nostra respirazione.
(Vivekânanda)

Il corpo non è rigido, la mente è rigida!
(Sri K. Pattabhi Jois)

Non puoi fare Yoga. Yoga è il tuo stato naturale. Quello che puoi fare sono esercizi di Yoga, che potrebbero rivelarti in che modo stai facendo resistenza al tuo stato naturale.
(Sharon Gannon)

Il seme dello Yoga si manifesta diversamente. In ciascuna persona.
(Shri T. Krishnamacharya)

Chiunque può respirare. Dunque chiunque può praticare Yoga.
(T.K.V. Desikachar)

Quando il respiro è affannoso anche la mente è instabile. Ma quando il respiro si calma anche la mente lo fa, e lo yogi raggiunge lunga vita. Pertanto, si deve imparare a controllare il respiro.
(Hatha Yoga Pradipika)

Senza una corretta respirazione, le posture Yoga non sono altro che ginnastica.
(Rachel Schaeffer)

Lo Yoga ci insegna a modificare ciò che non può essere accettato e ad accettare ciò che non può essere modificato.
(B. K. S. Iyengar)

Ogni asana è una perla, ma un pugno di perle non è ancora una collana! Il filo che attraversa, riunisce e ordina le asana è il soffio controllato dell'anima e della coscienza.
(André Van Lysebeth)

SCATTA LO YOGA!

Vuoi un ricordo del festival? Passa a visitare il set fotografico che, insieme a Yoga Journal, organizziamo sabato e domenica: immortalaremo tutti coloro che si produrranno in un asana, non importa di che livello. Un fotografo professionista si prenderà cura di voi. Le foto saranno poi pubblicate sui nostri siti, sul magazine, sui nostri social-network: insomma, facciamoci riconoscere!



12 • YogaFestival Roma 2014

I nostri ospiti | brevi biografie

**Simona Astolfi**

Simona Astolfi, operatrice di didattica dell'arte, educazione all'immagine e alla lettura, ideatrice di laboratori e percorsi sui linguaggi dell'espressione creativa, narrativa, manipolativa. Laureata in

Pedagogia con una tesi sulla creatività infantile, sulla sperimentazione visiva di B.Munari e linguistica di G.Rodari. Progetta e conduce percorsi di laboratorio sulla didattica dei linguaggi visivi e di educazione alla lettura presso scuole, biblioteche, ludoteche, musei e si occupa di formazione e aggiornamento di insegnanti e operatori.

www.athayoganusasanam.it

**Eva Maria Beck**

Attualmente abita a Berlino, Germania, ed è una degli insegnanti più esperte con un Senior Level in Europa e in Asia. È certificata fino al livello 3 e membro del team di formazione mondiale. Nel 2000 ha introdotto TriYoga in Europa, iniziando ed insegnando le prime formazioni di TriYoga in Germania, Svizzera, Danimarca e Austria. È stata invitata da diverse associazioni di Yoga e ha pubblicato alcuni articoli sul TriYoga e anche un'intervista con Kali Ray, la fondatrice di TriYoga sulla rivista tedesca YogaAktuell. Eva-Maria aggiorna e approfondisce la sua pratica di TriYoga tramite lezioni regolari con Kali Ray negli Stati Uniti e in India. Viaggia al fianco di Kaliji, assiste e traduce i suoi seminari. www.triyoga.com

**Maria Cristina Kaveri Cantoni**

Studiosa di discipline spirituali ed energetiche, ha incontrato nel 2007 il Maestro indiano Sri Tathata, intraprendendo sotto la sua guida un percorso di ricerca e pratica dello Yoga del fuoco e delle millenarie tecniche della tradizione Vedica dei Siddha. Attualmente è presidente della Tathata Edizioni, la casa editrice che pubblica i libri di Sri Tathata in Italia.

www.tathataedizioni.it

**Jacopo Ceccarelli**

Jacopo impara le pratiche Yoga e la Meditazione in India e in Europa seguendo monaci e Maestri della tradizione del Tantra. Inizia ad insegnare nel '94 e influenzato da molti anni di

pratiche Taoiste dà vita ad Anukalana, un approccio basato sull'integrazione che si fonda sulla ricerca del modo più naturale ed efficace di portare lo Yoga in contatto con i bisogni dell'uomo moderno. Jacopo è anche Counselor e Naturopata.

www.anukalanayoga.com

**Elena Dal Forno**

Trevigiana di nascita, romana di adozione. "L'incontro nel 2002 con il veganesimo e con il crudismo ha cambiato la mia vita e anche la percezione dei sapori che adesso vanno alla loro vera radice. Ho studiato presso la migliore scuola del mondo Matthew Kenney Academy dove ho allargato ancor al mia visione sul crudismo." Dal 2012 tiene corsi, seminari, workshop in tutta Italia, nel 2013 è stata chef ufficiale a Natural Expo Forlì, la prima e unica fiera in Italia ad offrire una ristorazione interamente cruda e vegana.

www.adorawble.com

**Giovanni Gemmiti**

Medico specializzato in Otorinolaringoiatria e patologie cervico facciali e Allergologia. Diploma "Nady Vigyan" (diagnosi del polso secondo l'Ayurveda Maharishi), diploma della

Maharishi Vedic University come "Medico Ayurvedico", diploma in "Marma terapia". Esercita in strutture private a Roma e Frosinone.

www.ayurvedamaharishi.net

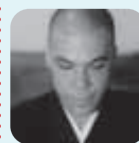
**Padre Antonio Gentili**

Religioso barnabita, licenza in teologia e laurea in filosofia, risiede e opera nel convento di Campello sul Clitunno (PG), dopo essere stato per anni animatore della casa per ritiri spirituali di Eupilio (Co). Studioso di spiritualità, ha esplorato le grandi tradizioni meditative dell'Occidente e dell'Oriente. Guida corsi di meditazione e preghiera. Organizza settimane di digiuno e meditazione per la purificazione integrale. Autore di spiritualità tra i più noti, ha curato la prima edizione italiana della *Nube della non conoscenza* e ha pubblicato numerose opere per Ancora.

**Arathi Sabrina Gianno**

Il suo grande amore per lo Yoga e la sua assidua ricerca di benessere globale della persona la porta ad incontrare nel 2007 gli insegnamenti del Maestro Paramahansa Yogananda; è Istruttrice ed Insegnante di Ananda Yoga e sente da subito una grande vocazione per il tema dello Yoga in Gravidanza e bambini. A Roma insegna Ananda Yoga per adulti, Yoga pre e post parto e per bambini. Fa parte del team di insegnanti dell'Accademia europea di Ananda Yoga vicino Assisi per i master di specializzazione Ananda Yoga bambini, gravidanza e anziani.

www.anandayoga.eu

**Dario Doshin Girolami**

Maestro buddhista Zen, ha fondato il Centro Zen l'Arco di Roma, dove insegna meditazione e Tai chi chuan. Laureato in Religioni e Filosofie dell'India e dell'Estremo Oriente, ha ricevuto la Trasmissione del Dharma da Eijun Roshi presso il San Francisco Zen Center. Già professore di Zen presso la John Cabot University, tiene seminari per la facoltà di Psicologia della Sapienza, e insegna meditazione nel carcere di Rebibbia.

www.romazen.it

**Paolo Greco**

Percussionista e Musicoterapista, artista eclettico, negli ultimi quattordici anni si occupa di Musica per la Meditazione. La ricerca personale sulle percussioni e sulla musica lo porta in viaggio da 40 anni in tutto il mondo, riuscendo a creare momenti di condivisione di particolare interesse. Ha unito lo studio delle percussioni con una meditazione dedicata al benessere delle sensazioni dell'anima.

Facebook - paolo greco due -

**Patrizia Gregori**

Nasce allo Yoga nel 1991 con Sandra Bertana. Frequenta seminari con Faeq Biria, uno dei prestigiosi insegnanti del metodo Iyengar. Nel 1994 incontra Gabriella Giubilaro, insegnante di livello internazionale e frequenta il corso di formazione insegnanti che si conclude nel 2000 con il viaggio in India. Nel 2009 si avvicina allo Yoga di Dona Holleman, frequenta il corso di insegnanti della durata di 3 anni. Nel 2012 promuove la nascita dell'International Centered Yoga Association, presieduta da Dona Holleman e di cui Patrizia Gregori è Vice Presidente e collabora ai corsi di teacher training.

www.centeredyogaacademy.com

**Ernesto Iannaccone**

È medico specialista in medicina preventiva. Si occupa di ayurveda dal 1985 e ha pubblicato diversi libri sull'argomento. Attualmente è impegnato nella traduzione e nella divulgazione dei testi classici

dell'ayurveda.
www.laksmiedizioni.it

**Swamiji Abhishek Chaitanya Giri Maharaj**

Studi di Psicologia e Scienze del comportamento a Bombay, approfondisce nel 1996 la conoscenza del Vedanta alla Chinmaya Mission, a Mumbai. La laurea in Psicologia, resa più forte dalla saggezza del Vedanta, lo rende un insegnante ideale. Con le benedizioni dei maestri come Swami Vishwatmananda, anziano discepolo di Swami Akhandananda, Swami Ramananda del Jagadguru. Mentre continua a viaggiare affascinando gli uditori con il suo stile unico di spiegare il Vedanta, studia progetti come l'istituzione di un ritiro per gli Swami e i Mahatma in età avanzata per invecchiare con dignità.

**Tyler Micocci**

È uno Yoga coach del Kundalini Yoga, segue un approccio olistico praticabile da tutti. Ha insegnato in centri fitness, centri benessere, alberghi di lusso, uffici, circoli privati, scuole di danza, istituti universitari, palestre comunali, e all'istituto penitenziario di Roma. Le sue aree di competenza sono: Yoga posturale; Yoga per la gestione dell'ansia, dell'insonnia, per difficoltà di concentrazione; Yoga e Meditazione per la trasformazione delle paure e del disagio emotivo; Yoga per le aziende e molto altro.

www.yogacoach.it

**Sandra Monteleoni**

Sandra Monteleoni, nata a New York, pratica Yoga da oltre 35 anni. Dal 2001 inizia Intensivi Yoga con insegnanti Anusara come John Friend, Desiree Rambaugh, Marc Holzman, Sianna Sherman, Piero Vivarelli, etc. Accumula oltre 500 ore di studio e Teacher Training e dal 2007 si dedica all'insegnamento di Hatha Yoga. Le sue lezioni uniscono un'attenzione rigorosa ai principi di allineamento oltre ad una gioiosa attitudine di calore ed empatia verso i suoi studenti.

www.sandramonteleoni.it

**Antonio Nuzzo**

Viene 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 (monaco errante), Nil Hahoutoff, Swami Satyananda di Monghyr, Swami Satchidananda, Swami Gitananda di Lawspet, Sri Sri Sri Swami Satchidananda con il quale pratica Hatha Yoga. Incontra Vimala Thakar in Svizzera e inizia un percorso di ricerca perseguendo la via del silenzio. Vive a Roma, insegna attualmente al Centro Studi Yoga Roma.

www.centrostudiyogaroma.com

**Lorena Pajalunga**

Laureata in Scienze dell'Educazione, conduce i laboratori di Yoga per bambini nel Corso di Pedagogia del Corpo dell'Università degli Studi di Milano Bicocca. Ha conseguito il diploma di insegnante Yoga nel 1985 in India presso l'Ashram di Sw. Satyananda, nel 1996 dalla FIY (Federazione Italiana Yoga) e nel 2002 dallo Yoga Educational. Presidente dell'Associazione Italiana Yoga per Bambini (A.I.Y.B.) ha attivato Master di formazione per insegnanti di Yoga per bambini a Roma, Milano, Verona, Cagliari, Pordenone, Firenze.

www.aiyb.it

**Francesca Palombi**

Francesca Palombi, graphic designer, insegnante riconosciuta dalla FMY formata con il Maestro Antonio Nuzzo, è presidente dell'associazione Athayoganusasanam, impegnata nella diffusione dello Yoga tradizionale e discendente dalla tradizione di Swami Sivananda di Rishikesh. Insegna regolarmente Hatha Yoga a Roma presso il Chiostro del Bramante. Ha collaborato con il CSYR per corsi di Yoga per bambini e adolescenti.

www.athayoganusasanam.it

**Christiane Piano**

Incontra lo Yoga 15 anni fa e inizia ad insegnare dal 2005 trasformando la vita di molte persone. L'insegnamento è stimolante ma non sufficiente, segue i workshop di Baron Baptiste in modo da raggiungere il Livello 1 di formazione per istruttori, il Livello 2 e la certificazione di istruttrice di Baptiste Power Vinyasa. Christiane continua a studiare con Baron Baptiste e altri insegnanti nel mondo per non smettere mai di approfondire la pratica Yoga. Diviene ambasciatrice italiana per il progetto Africa Yoga Project, un'organizzazione no-profit per aiutare i giovani in Kenya.

www.breathecom.com

**Paolo Ricci**

Lo Yoga ha per lui un significato di ricerca umana e spirituale. Pratica per 14 anni il sadhana di Kundalini Yoga, partecipa a molte sedute di Tantra Yoga Bianco, insegna Yoga e healing, collabora con Yoghi Bhajan allo sviluppo del dialogo interreligioso. Si dedica alla meditazione sotto la guida del monaco Giuseppe Dossetti. Dallo Yoga e da un imprescindibile amore per e l'alta montagna, nasce l'idea e la pratica del Trekking Yoga®. Nel 2008 segue un percorso di psicoanalisi freudiana, con il dottor Giulio Cesare Soavi, nel 2011 fonda LE NUVOLE, una scuola per la Pratica e la Formazione Yoga.

www.yogalenuvole.it

**Irene Rinaldi**

Diplomata in canto presso il conservatorio S.Cecilia di Roma, laureata in Musicoterapia. Insegnante di Yoga, metodo Viniyoga, certificata dalla Krishnamacharya Healing and Yoga Foundation. Ha approfondito con un corso di canto vedico. Certificata dal centro Sportivo Educativo Nazionale, insegna a livello individuale e di gruppo. Attualmente lavora al centro Bel respiro di Villa Pamphili, ha maturato un'esperienza di diversi anni sullo Yoga per anziani. Collabora con l'Associazione Armonia dei Contrari a Monte Vecchio, ha insegnato presso il centro Kylan e organizzato incontri di Yoga presso l'ASL.

www.hamsa.it

**Simone Salvini**

Fiorentino, vegetariano, consegue un Dottorato in psicologia a indirizzo storico con specializzazione Ayurvedica presso l'Università Florid College e NY College in Pisa. Nel 2000 si sposta in Irlanda lavorando per molte realtà vegetariane e dopo in India approfondendo la cucina Ayurvedica. Dal 2005 è Capo Chef della cucina del ristorante Joia di Pietro Leemann in Milano. Dal 2008 è docente in alcuni Istituti alberghieri di Milano e collabora alla formazione dei cuochi interni della Camera dei Deputati a Roma. Dal 2009 è Chef docente dell'Associazione Vegetariani Italiana, e dell'Istituto Europeo di Oncologia di Umberto Veronesi. Dal 2011 è Executive Chef di "Organic Academy".

www.simonesalvini.it

**Andrea Serena**

Inizia a praticare lo Yoga negli anni '90 con Eleonora Zecchin e i più prestigiosi maestri. Frequenta l'Istituto di studi di buddhismo Lama Tzong Khapa di Pomaia, dove riceve insegnamenti sul Dharma e sulla meditazione da qualificati Lama Tibetani. Consegue la certificazione di istruttore di Yoga presso la scuola Vivekananda Kendra di Bangalore, India. Segue gli insegnamenti e collabora con Yogacharia DR. M.V. Bhole di Ionavia-India. Partecipa a Yoga e filosofia in carcere con il Ministero della Giustizia e Regione Veneto. Tiene corsi e seminari su I Cinque Tibetani e Respiro in tutta Italia.

www.andreaserena.com

**Eyal Shifroni**

Eyal Shifroni pratica Yoga dal 1978 e insegna Iyengar Yoga dal 1985. Eyal dirige un centro Yoga a Zichron-Ya'akov, in Israele, come Senior-Level Teacher e conduce laboratori in tutto il mondo. Ha pubblicato il libro "Una sedia per Yoga - Una guida completa alla pratica Iyengar Yoga con una sedia", ha scritto molti articoli sullo Yoga e tradotto due libri di B.K.S. Iyengar in Ebraico.

<http://theyiyengar.com/> <http://eyalshifroni.com/>

**Ram Rattan Singh**

Claudio Martinotti ha ricevuto il nome spirituale di Ram Rattan Singh nel 1997 dal maestro Yogi Bhajan, che per primo diffuse la tradizione del Kundalini Yoga in occidente e di cui è stato allievo diretto. Medico e chirurgo ricostruttivo, è insegnante di Kundalini Yoga e formatore di insegnanti. Da tempo si occupa della relazione tra Yoga e salute, unendo le conoscenze della medicina occidentale ad una visione olistica e spirituale dell'essere umano. Ram Rattan Singh tiene workshop sull'argomento in tutta Italia.

<http://www.compagnia-dello-yoga.it/category/yoga-e-salute/>

**Laura Toffolo**

È Leader, Teacher, Coach, Master Trainer e Ambassador della Fondazione Laughter Yoga. Comincia con la pratica del Kundalini, diplomandosi insegnante, e poi con lo Yoga di Swami Sivananda. Come Teacher forma oltre 500 Leader e Teacher. Tiene molti incontri in varie manifestazioni come Roma Yoga Festival, Festival dell'Oriente, etc. Legata da profonda amicizia al Dr. Kataria e alla moglie Madhuri, li affianca nelle loro apparizioni pubbliche. Nel 2008 fonda l'Associazione Nazionale Yoga della Risata e pubblica come co-autrice del libro/DVD *Yoga della risata-Ridere per vivere meglio*.

www.yogadellarisata.it

**Peter Treichler**

Musicista professionista di flauto traverso insegnante al conservatorio di Lugano e istituti scolastici in Svizzera, ha approfondito l'aspetto curativo dei suoni con E. Dierlich dell'Istituto Peter Hess®, i corsi del Klangtherapeuten Verband e la formazione con M. Kocaman di Zurigo quale massaggiatore sonoro con campane tibetane planetarie. Il suo percorso meditativo compenetra profondamente il lavoro con i suoni durante concerti, seminari, e trattamenti.

www.spaziosonoro.ch

**Wanda Vanni**

Inizia il suo cammino nello Yoga nel 1968, frequenta il primo ISFIY organizzato dalla F.I.Y. e ne diventa insegnante. È stata membro del Consiglio Direttivo e del Comitato Pedagogico della F.I.Y. per oltre 10 anni e docente degli ISFIY. Ha fondato nel Dicembre 2000 la Federazione Mediterranea Yoga. È membro del Consiglio Direttivo della Confederazione Nazionale Yoga. È Docente e Direttrice didattica a Milano e Catania nel Corso Quadriennale di Formazione per Insegnanti di Yoga "Tradizione André Van Lysebeth".

www.mediterraneayoga.it

**Piero Vivarelli**

Dedicato sin dal 1994 allo Yoga in tutti i suoi aspetti tradizionali, ha vissuto in India dal 1997 al 2000. Sin dal 1996 ha studiato con docenti di fama internazionale - tra i quali John Friend, Desiree Rumbaugh, Sianna Sherman e Noah Mazé - ed è stato il primo italiano a ottenere la certificazione di Anusara Yoga. Profondamente influenzato dallo studio con professori di filosofie e religioni orientali quali sono Mark Dyczkowski, Carlos Pomedá, Bill Mahony e Paul Muller Ortega, insegna all'AtmaStudio e tiene corsi, training per insegnanti e ritiri in Italia e in altri paesi Europei.

www.atmastudio.it

**Marc Woolford**

Marc si è appassionato allo Yoga già da bambino e dal 1991 collabora esclusivamente con le persone che hanno lavorato direttamente con Vanda Scaravelli, così come osteopati e anatomisti che sono stati chiamati per promuovere il suo lavoro. Marc ora gestisce corsi di formazione per la Scuola AcquaViva di Yoga e insegna in giornate formative per insegnanti alla British Wheel, Yoga Scotland e altre organizzazioni di insegnanti.

www.acquavivayoga.com

Gli indirizzi | il mondo dello Yoga a portata di click

SCUOLE DI YOGA

AIYB (Associazione Italiana Yoga Bambini)

Via Madonna 12, Oreno di Vimercate (MB) - Tel. 039 6081384
segreteria@aiyb.it - www.aiyb.it

ANANDA ASSOCIAZIONE

Via Montecchio 61, Nocera Umbra (PG) - Tel. 0742813620
info@anandayoga.eu - www.anandayoga.eu

ANUSARA SCHOOL OF HATHA YOGA ITALIA

Tel. 338 1266316
alessandra.diprampero@sattvastudio.org - www.anusarayoga.com

APS CENTRO OLOS

via Oberdan, 3 Pordenone - Tel. 334 0161209
info@centrolos.it - www.centrolos.it

A.S.D. VEDAVITA

Via di San Michele 12, Roma - Tel. 331 6023268
info@vedavita.it - www.vedavita.it

ASSOCIAZIONE CONSE

Via Bernocchi 8/A, Villa Carcina (Bs) - Tel. 333 8269644
associazioneconse@gmail.com - www.associazioneconse.com

ASSOCIAZIONE IKYTA ITALIA

Via Properzio 4, Roma - Tel. 339 2022566
segreteriaikyta@gmail.com - www.ikytaitalia.org

ASSOCIAZIONE SAMADHI

Viale Volta 127, Firenze - Tel. 338 1600523
segreteria@yogafirenze.it - jacopo.ceccarelli@gmail.com
www.formazioneyoga.it - www.yogafirenze.it

ASSOCIAZIONE SHAKTI-KUNDALINI E SATNAM RASAYAN Yogare per Crescere

Via del Fontanile Arenato 277 - Oasi San Giuseppe, Roma
Tel. 06 66154142 - 345 6475793
info@kundaliniyoga.it - www.kundaliniyoga.it

ASSOCIAZIONE TATHATA EDIZIONI

Via Vallelunga 37/a, Castelnuovo di Porto (Roma) - Tel. +39 331 99 61 919
info@tathataedizioni.it - www.tathataedizioni.it

CENTRO BUDOKAN..IN

Via Properzio 4, Roma - Tel. +39 339 5392589
budokanyoga@gmail.com - www.budokanin.com

CENTRO GARBHA-YOGA

maudik45@virgilio.it - www.garbhayoga.com

CENTRO IYENGARYOGA ORSINI

Lungotevere Flaminio 28, Roma - Tel. 393 9013618 - 339 3310366
centroyogaorsini@gmail.com

CENTRO STUDI BHAKTIVEDANTA

Via Gramsci 64 Ponsacco (PI) - Tel. 0587733730
segreteria@centrostudibhaktivedanta.org
www.centrostudibhaktivedanta.org

FEDERAZIONE MEDITERRANEA YOGA

Via Vecchia Ognina 90, Catania - Telefono e Fax 0957462365
mediterraneayoga@gmail.com - www.mediterraneayoga.it

JANINE CLAUDIA NIZZA - YOGA FLOW

Tel. 338 5653872 - info@yogaflow.it - www.yogaflow.it

HARABENESSERE

Viale Civiltà del Lavoro 8/a, Roma - Tel. 349 6038520
info@harabenessere.com - www.harabenessere.com

HARI-OM SSD arl

Cascina Bellaria loc. Boschi 47, Sezzadio (AL) - Tel. 345 0802388
info@hari-om.it - www.hari-om.it

IL GIARDINO BLU - I I HEALERS

Via Cerro Alto 209/A Marsciano (PG) - Tel. 339 2022566
ilgiardinoblu8@gmail.com - www.ilgiardinoblu.it

INTERNATIONAL CENTERED YOGA ASSOCIATION

Centered Yoga Studio Dhyana, Borgo Pio 196, Roma
Centered Yoga Studio, Via Ippolito Nievo 37, Milano
Tel. 333 8720606 - 339 3799638
info@donaholleman.com - www.centeredyogaacademy.com

LE NUVOLE

Viale Trastevere 203, Roma - Tel. 0664561929
info@yogalenuvole.it - www.lenuvole.it

LAKSMI DI ASYA OM Associazione Studi Yoga e Ayurveda

Via Verdi 43b, Savona - Tel. 342 7743877
info@laksmi.it - www.laksmi.it

RYOGA

Via Servio Tullio 22, Roma - Tel. 06 42020900
info@ryoga.it - www.ryoga.com

SANT BANI ASHRAM

Podere Val di Vita Ribolla (GR) - Tel. 329 4643793
sirivaha@gmail.com - www.santbaniashram.it

SCUOLA YOGA ROMA

Via Cechov 83 - Scala F Int 6, Roma - Tel. 335 6571924
eleonora.fiorini@scuolayogaroma.it - www.scuolayogaroma.it

SELF-REALIZATION FELLOWSHIP

Gruppo di meditazione di Roma

Via Dodecaneso 15, Roma - Tel. 06 31054519
grupposrfdiroma@gmail.com - www.yogananda-roma.org

YOGA JAP - Formazione Insegnanti Yoga Gatka

Via Aurelia 480, Parco Tirreno, Roma - Tel. 338 9709641
noi@yogajap.com - www.yoga-kundalini.it

YOGANANDA ASHRAM

Lungotevere della Vittoria 5, Roma - Tel. 339 8877550
info@induyoga.org - www.induyoga.org

YOGARE

Via G. Mazzini 78/1, Villa Argine di Cadelbosco Sopra (RE)
Tel. 345 0251311 - Tel. 0522911850
info@yogare.eu - www.yogare.eu

CENTRI OLISTICI

ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO sede di Roma

Viale Castro Pretorio 116, Roma - Tel. 06491144
shiatsudoroma@hotmail.it - www.accademiashiatsudo.it

AIMOB

ASSOCIAZIONE ITALIANA METODO ORTHO-BIONOMY

Via Roma 10, Cantello (VA) - Tel. 339 4959299
info.aimob@gmail.com - ww.aimob.it



CENTRO DEVATA AYURVEDA

Viale Giulio Cesare 38, Roma - Tel. 06 35347810
daisychacko2007@gmail.com - www.ayurvedaroma.it

ELENA TRUCCO.COM

Via Garibaldi 88/G, Roma - Tel. 320 7070486
etrucco@counseling-live.it - www.elenatrucco.com

IL LABORATORIO DELL'ANIMA

Via San Godenzo 207, Roma - Tel. 347 4131462 /- 333 4479204
info@reiki-laboratoriodelanima.it - www.reiki-laboratoriodelanima.it

LA FENICE ASD

Via Valle Viola 18, Roma - Tel. 348 2469929
kiko.t@hotmail.it - www.centrolafenice.org

SAT GURU CHARAN SCHOOL OF REFLEXOLOGY

Via Val di Lanzo 85, Roma - Tel. 348 0585916
satgurucharan.it@gmail.com - www.satgurucharan.com

SCUOLA DI SHIATSU IGEA

Lungotevere Prati 19, Roma - Tel. 0668134388
scuola.igea@shiatsuikea.com - www.shiatsuikea.com

EMPORIO YOGA**BIORIPOSO**

Prodotti per il benessere
Via degli Scipioni 252, Roma - Tel. 06 3241988
bioriposo@bioriposo.com - www.bioriposo.com

BLISS AYURVEDA ITALY

Erbe e prodotti ayurvedici
Via della Libertà 3, Boretto (RE) - Tel. 339 7203842
info@ayurera.it - www.ayurera.it

EDIZIONI PROSVETA

Casa editrice specializzata
Vocabolo Torre 103, Piegara (PG) - Tel. 0758358498
prosveta@tin.it - www.prosveta.it

GERMOGLIAMO

Alimentare - semi, germogliatori e germogli freschi
Via Casalnoceto 35, Roma - Tel. 320 0844751
info@germogliamo.it - www.germogliamoo.it

IL LIBRAIO DELLE STELLE

Casa editrice specializzata
Via Colle dell'Acerio 20, Velletri - Tel. 06 9639055
info@illibraiodellestelle.com - www.illibraiodellestelle.com

INNER LIFE

Prodotti per lo yoga e la salute
Frazione Morano Madonnucchia 8, Gualdo Tadino (PG) - Tel. 0759148505
info@innerlife.it - www.innerlife.it

MAGLIETTE FRESCHE

www.magliettefresche.it

MAP ITALIA

Prodotti erboristici Ayurvedici
Viale dell'Industria 53, Caldiero (VR) - Tel. +39 045 8980814
info@mapitalia.com - www.mapitalia.com

OM EDIZIONI

Casa editrice specializzata
Via Badini 17, Quarto Inferiore (BO) - Tel. 051768165 - 393 3364368
chiarini@lsc.it - www.omedizioni.it

PODERE SANTA BIANCA

Oli essenziali - profumi naturali
Podere Santa Bianca, Pomarance (PI) - Tel. 335 7870549
gaiaschi.santabianca@gmail.com - www.santa-bianca.it

RE NUDO

Editoria alternativa
Loc. San Michele 1, 53031 Casole d'Elsa (SI) - Tel: +39 0577 961021
renudo@renudo.it - www.renudo.it

REYOGA

Abbigliamento, strumenti, accessori per la pratica dello Yoga
Via Albertini 36, Ancona - Tel. 0712868498
info@reyoga.it - www.reyoga.it

RINGANA GHBH

Cosmesi Naturale
Herrengasse 1 A-8230 Hartberg (Austria) -
Tel. +39 3332329292 - Tel. +43 (0) 3332615500
info.natura@virgilio.it - www.tuttonaturale.net

WEARESSENTIAL

Abbigliamento Yoga alta gamma
Galleria San Babila 4/b, Milano - Tel. 02 76212425 -
selen@wearessential.com - www.wearessential.com

NO PROFIT**ASSOCIAZIONE S.U.M. - STATI UNITI NEL MONDO**

www.associazione.sum.it - www.yogavitale.org

ASSOCIAZIONE FIOR DI LOTO

www.fiordilotoindia.org

ASSOCIAZIONE PRO-TIBET TSO PEMA NON-PROFIT

www.tsopemanonprofit.org

AFRICA YOGA PROJECT

www.africayogaproject.org

Prossimi appuntamenti dove e quando

YogaFestival è un network di eventi dedicati allo Yoga, all'Ayurveda, al benessere del corpo, mente e spirito. Organizza diverse manifestazioni durante l'anno, che richiamano diverse migliaia di persone, praticanti appassionati o semplici curiosi.

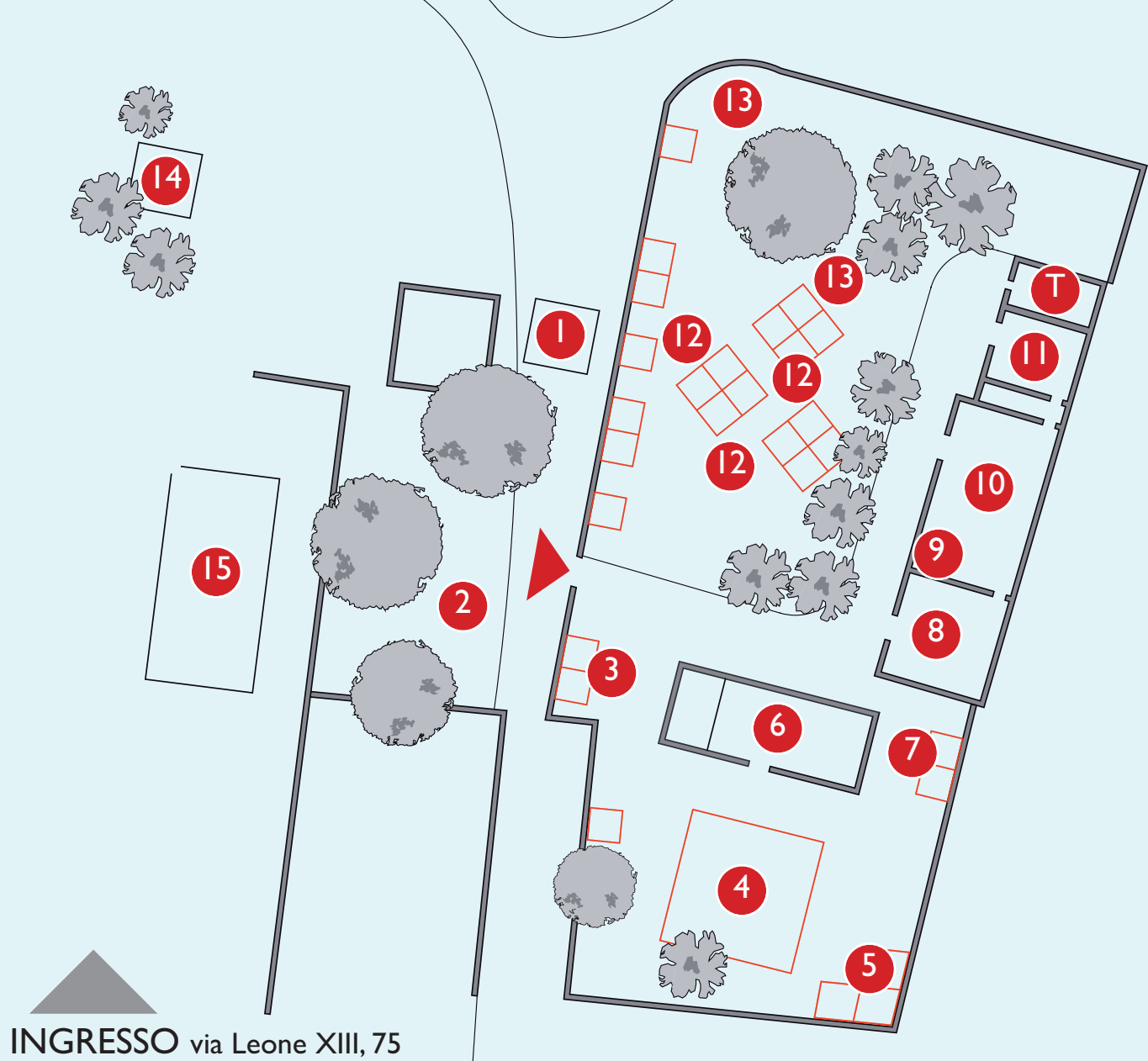
La prossima edizione di **Milano 2014** sarà il **10, 11, 12 ottobre** presso Superstudio Più in via Tortona 27, grande location per eventi nel cuore della città. Il primo evento del 2015 sarà **OLISfestival**, la manifestazione dedicata al mondo olistico e alle cure naturali per vivere meglio in un mondo difficile: data prevista il **7 e 8 febbraio 2015** sempre a Milano al Superstudio Più in attesa di "visitare" tante altre città.

Tanti altri appuntamenti sono in preparazione, tenetevi aggiornati e seguitemi su FB per non perdersi nulla!



YOGAFESTIVAL | ROMA | LA MAPPA

**ORARIO
INGRESSO
DALLE 09.30
ALLE 20.00**



INGRESSO via Leone XIII, 75



YOGAFESTIVAL

- | | |
|---------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 1 - INGRESSO CON TESSERA | 9 - SALA 2 (1° PIANO) |
| 2 - AREA BIMBI | 10 - SALA CONFERENZE |
| 3 - LIBRERIA | 11 - SET FOTOGRAFICO |
| 4 - FREE CLASS MANDALA | 12 - AREA SCUOLE CENTRI - EMPORIO |
| 5 - PUNTO RISTORO | 13 - SPAZIO OLIS |
| 6 - LABORATORIO DI CUCINA | 14 - FREE CLASS YANTRA |
| 7 - SPOGLIATOIO U/D | 15 - SALA I |
| 8 - RITIRO PRENOTAZIONI
INFOPOINT
UFFICIO STAMPA | T - TOILETTES |

Con il patrocinio di **Partners**

Media Partners

