

YOGA SESTO

LE FORME DELL' ENERGIA VITALE IL CORPO COME LABORATORIO

LO YOGA IN RELAZIONE CON DIFFERENTI DISCIPLINE
E METODI PER LO SVILUPPO E LA CURA DELL' ENERGIA VITALE

A CURA DI **LEONARDO GERVAZI**
insegnante della **FEDERAZIONE YOGA ITALIANA**



DOMENICA 29 OTTOBRE DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 12.30
L'ENERGIA E LE SUE FORME, TEORIA E PRATICA DELL'ASANA
con **Leonardo Gervasi insegnante FIY**

DOMENICA 26 NOVEMBRE DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 12.30
IL PRANA NEL CORPO UMANO
con **Roberta De Rosa Insegnante Yoga**
e **Presidente Ass. Scimmia Impazzita di Leggiuno -VA-**

DOMENICA 28 GENNAIO DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 12.30
MODELLARE IL CORPO ENERGETICO CON I SUONI
con **Hilde De Man operatrice olistica**

DOMENICA 25 FEBBRAIO DALLE 10,00 ALLE ORE 12.30
L'ENERGIA COME QI
con **Ana Paya Perez**
Istruttrice Qi-gong metodo del Dr. Liu Dong
fondatrice Ass. Budokay yoga e tai-ci chuan di Ispra -VA-

DOMENICA 25 MARZO DALLE 10,00 ALLE ORE 12.30
EMOZIONI E INCONSCIO, LA TECNICA SUMINAGASHI E YOGA NIDRA
con **Annalisa Ranzoni e Dalia Orsi**
Opificio Imaginarium Mariano Comense -CO-

DOMENICA 29 APRILE DALLE 10,00 ALLE ORE 12.30
MENTE E MEDITAZIONE, L'ENERGIA DEL SILENZIO
con **Roberta De Rosa**
Insegnante Yoga e **Presidente Ass. Scimmia Impazzita di Leggiuno -VA**

DOMENICA 27 MAGGIO DALLE ORE 10,00 ALLE ORE 12.30
MOVIMENTO SPONTANEO ED ENERGIA CREATIVA
con **Rosa Filardi**
Pedagogista della mediazione corporea ed espressiva

chiusura iscrizioni 26 ottobre per info. 3396455134 0226222683