

YOGA

FESTIVAL MILANO NEWS

11 • 12 • 13 OTTOBRE 2013

TUTTO IL PROGRAMMA

orari temi biografie

israele francia scozia usa
india olanda norvegia polonia
YOGA IN TUTTE LE LINGUE

YOGA AL FEMMINILE

solo per lei

MYSTIC DANCES

la magia delle danze indiane

LA CASA È YOGICA

cambia aria

Respira!
con noi

Direzione Generale
GIULIA BORIOLI
 Produzione e Amministrazione
MASSIMO MAGGIORI
 Segreteria Organizzativa
SUSANNA BOTTANI
 Art Direction
DAVIDE MONGUZZI
 Grafica
ROSARIA D'AIETTI - OM CREATIVE STUDIO
 Hanno collaborato
ALESSIA CASTENI programma
ANTONELLA JETTI espositori

Sponsor
FRANCESCA CALEGARI

Ufficio Stampa
MADDALENA TORRICELLI
 Studio Maddalena Torricelli
 Tel +39 02-76280433 mobile + 39 335 705771
 maddalena@maddalenatorricelli.com

Un grazie a **Superstudio Group** che ci ospita anche quest'anno nei suoi bellissimi spazi. Superstudio ha inserito YogaFestival nel circuito dei **PASSION DAYS**, giornate di eventi di qualità e idee che aprono le porte alla città rendendo gli spazi un'isola di creatività e proponimenti. **PassionDay** ha come obiettivo l'idea di creare una più ampia comunità di persone che si ritrovano, unite dalle stesse passioni, a visitare eventi ad hoc: in programma per il 2014 molti appuntamenti e tanti vantaggi. Per saperne di più www.superstudiogroup.com



Cambia aria, respira con noi!

Espira, inspira. RESPIRA! In questa 8ª edizione di festival, 40 insegnanti da tutto il mondo condividono con noi ciò che sanno sul respiro, sul prāṇāyāma, sullo Yoga e in senso più ampio ciò che possono regalarci a questo proposito. Insieme a loro affermiamo che il concetto di "buon respiro", quello che allarga gli alveoli polmonari e fa entrare aria pulita, che ossigena, con l'aria nuova che riempie i polmoni... è in relazione anche con le situazioni che viviamo, dove un po' di aria pura, una respirazione profonda, un ossigenamento dei pensieri ci restituiscono **chiarezza** di vedute e intenti. Con una forte **bastrika** soffiato via preconcetti e **diffidenze** e ispiriamo con gioia l'aria dello Yoga, così come ci arriva da esperienze vicine e lontane.

A quasi un anno dalla sua scomparsa vogliamo ricordare la nostra amica e partner **Sabrina Grifeo**, infaticabile "motore" del festival, partita prima di tutti noi per il viaggio più lungo che ci aspetta: la sua grazia e il suo profondo amore per lo Yoga ci mancano, è vero, ma li portiamo con noi nel nostro cuore e ce la fanno sentire vicino, sempre. Ricordiamo Sabrina **sabato, in sala conferenze**, con gli amici che l'hanno conosciuta. Grazie, Sabri.

STRESSATI? PRENDETE UN BEL RESPIRO CON SUJITH!

Sujith Ravindran nominato Ambasciatore onorario di Pace nel Mondo sarà ospite d'eccezione a Superstudio I 3. Il Maestro (Guru) indiano terrà una conferenza con **ingresso a offerta libera** domenica 13 ottobre a partire dalle ore 9.00.

"Strumenti e pratiche per diventare maestro delle tue relazioni" sarà il titolo dell'intervento che ha l'obiettivo di spiegare ai partecipanti come suscitare interesse in coloro che ci circondano rimaneggiando anche le antiche pratiche dei saggi. Un incontro adatto ad un grande pubblico che vuole ricordare come spesso la prima risposta davanti alle difficoltà quotidiane vada trovata in noi stessi. Non perdetevi poi **venerdì alle 17.45** l'appuntamento di Sujith al Festival con la conferenza "La danza cosmica tra Shiva e Shakti: come la sapienza dei saggi può riaccendere la nostra vita come amanti, genitori e amici".



Grazie a **Podere Santa Bianca** e **Benedetta Tecchio**: profumano il festival con due miscele di puri oli essenziali che, tramite i loro componenti biochimici, sono capaci di trasmettere serenità, tranquillità, interiorità. Ringraziamo inoltre **Roberta Morisi** per i quadri della collezione **ESPANSIONE CHE VIBRA** in cui ogni soggetto rappresenta un Chakra. Ringraziamo di cuore **Convivium Banqueting** per la sua disponibilità, **Gruppo 2A** per il sostegno. Ringraziamo i **traduttori** e i **volontari** tutti, sono stati come sempre fantastici!

Stampa Mediaprint srl
 Via Mecenate 76/32 - Milano

La Direzione non si assume responsabilità per eventuali cambiamenti nel programma.



La nostra T-shirt

Anche quest'anno ci siamo sbizzarriti nell'immaginare una T-shirt non banale che rispecchi il nostro modo di avvicinarsi allo Yoga: forse non è il classico disegno a cui siamo abituati, ma a noi piace molto: la A non rappresenta per noi anarchia ma un omaggio alla diversità che ben si sposa e si "unisce" con le altre lettere a formare la parola Yoga. Prodotta da **Magliette Fresche** (www.magliettefresche.it) è in cotone naturale, disponibile in diversi colori e taglie.

IL FESTIVAL: ISTRUZIONI (SEMPLICI) PER L'USO

Benvenuti a Milano YogaFestival 2013! in tre giorni oltre 70 incontri di Yoga, meditazione, mantra, musica e canti, cucina naturale e altro. Freeclass per tutti, lezioni di Yoga per principianti gratuite e aperte a chiunque voglia cimentarsi con la pratica, anche per la prima volta. AREA BIMBI a cura di AIYB.

INGRESSO Il festival è una manifestazione per i soci di YogaFestival. La tessera si richiede all'ingresso del festival previa compilazione del modulo (disponibile anche online). La quota d'iscrizione per l'anno 2013 è di €10. È valida fino a fine marzo 2014, anche per altri eventi organizzati dall'Associazione TAO. La tessera dà diritto a sconti e riduzioni (leggete l'elenco sul sito, alla voce ASSOCIATI).
IL TESSERAMENTO È ANCHE ONLINE!

Stiamo mettendo a punto la pagina di iscrizione online sul nostro sito; intanto, è già possibile scaricare il modulo d'iscrizione, stamparlo, compilarlo e consegnarlo all'ingresso del festival per il ritiro della tessera.

SEI GIÀ SOCIO? ALLORA SEI GIÀ REGISTRATO. CONSEGNAANDO ALL'INGRESSO LA VECCHIA TESSERA E VERSANDO LA QUOTA ASSOCIATIVA DI €10 RICEVERAI QUELLA NUOVA

ORARI DEL FESTIVAL Dalle 09.30 alle 20.30. Venerdì sera e sabato sera le performances chiuderanno più tardi (consultare il programma per dettagli)

COME RAGGIUNGERCI L'ingresso è in via Tortona, 27 - metro Porta Genova o Sant'Agostino (linea verde), tram n.2, 3, 14. Bus n.58

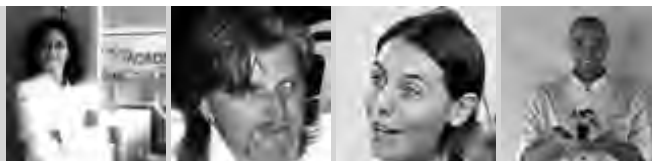
CHI CI SOSTIENE. KI GROUP, che offre a tutti i partecipanti un drink energetico di nuova concezione, **Provamel**; **SOYJOY** offre barrette di soia NON OGM energetiche e biologiche; **DEVA**, cure ayurvediche per il corpo, che allestisce uno spazio relax; **ALCE NERO** fornirà delicatezze per degustazioni bio, **PURAVIDABIO** dimostrazioni e massaggi a CasaYoga. **PLOSE** fornisce l'acqua più pura d'Italia al festival.

RESPIRIAMO NUOVI SAPORI!

Chiedete gli occhi ed ispirate profondamente, i laboratori di cucina di Milano YogaFestival hanno preparato un menù speciale che passa attraverso nuovi aromi, nuovi metodi culinari e ricette che privilegiano la salute senza abbandonare il gusto.

Elena Dal Forno esperta di crudismo propone venerdì alle 15 un appuntamento speciale: la preparazione di un pasto autunnale crudista: una saporita alternativa alle solite pietanze, ricette vegane preparate nel massimo rispetto dei prodotti, senza l'utilizzo del fuoco. **Chef Didier** dopo essersi dedicato per anni alla vita monastica e allo studio del Bhakti Yoga comprende il forte legame che unisce uomo e cibo. Domenica alle 15 conduce un laboratorio sui

6 sapori della cucina Ayurvedica: come influenzano i nostri sensi, le emozioni, la salute. **Karin Ranzani** naturopata dal 2006 ha un grande interesse per l'alimentazione naturale e il Superfood. La incontriamo sabato alle 10 con un laboratorio di Cucina Energetica per la creazione di un menù dall'antipasto al dolce. **Simone Salvini** Chef vegan fiorentino pluripremiato, studi di Lettere e Filosofia, Dottorato in psicologia, specializzazione in Ayurvedica, dal 2009 è Chef docente



dell'Associazione Vegetariani Italiana, e dell'Istituto Europeo di

Oncologia di Umberto Veronesi, è protagonista di due appuntamenti imperdibili al Festival. Sabato alle 15 preparazione di un insipido e gustoso pic-nic autunnale 100% vegan. Domenica dalle 10 preparazione e degustazione di un intero menù vegan al cucchiaino: cibi gustosi proposti nella loro versione cremosa.

Degustazione finale con i partecipanti!

Ringraziamo **KiGroup** per averci gentilmente fornito i prodotti biologici utilizzati nei laboratori.

PRĀṆĀYĀMA IL CONTROLLO DEL RESPIRO

Il respiro è vita. Il saggio Patanjali nel sutra II,49, ha espresso con chiarezza l'importanza del **prāṇāyāma**, la tecnica yogica di controllo del respiro: "tasmīnsatisvasaprasvasyorgatvicchedah" ovvero "una volta che ciò sia stato conseguito si instaura il prāṇāyāma, che consiste nell'interruzione del movimento dell'inspirazione ed espirazione". La parola è composta da **Prana** - energia vitale e **Yama** - controllo, espansione, esercizio. Il prāṇāyāma permette a chi lo pratica di assorbire prana dall'aria e dal sole attraverso il controllo del movimento respiratorio.

UN RESPIRO, UN SOFFIO

Il soffio tesse l'uomo"
Atharva Veda, X, 2, 131.

WILLY VAN LYSEBETH, MEMORABILE INSEGNANTE DI YOGA E PSICOLOGO BELGA, CONSIDERATO UN VERO ESPERTO DI PRĀṆĀYĀMA OLTRE CHE L'EREDE DEGLI INSEGNAMENTI DEL PADRE ANDRÉ, CI PARLA DI COSA È L'ESSENZA DEL RESPIRO NEI SUOI QUATTRO INCONTRI, CONTRIBUENDO A SVELARNE I PRINCIPI PIÙ NASCOSTI.

"Il tatto, il ritmo, l'espressività, l'immagine (relativa spesso, a forme e colori), la veglia, le sensazioni termiche, certe contrazioni apparentemente spasmodiche ed altro ancora, costituiscono una prima manifestazione di quello che lo yoghi chiama **prāna**. Traduciamo, in modo approssimativo, quest'insieme di percezioni con il termine «soffio», poichè esso inizialmente poggia sulla respirazione, ma non è riducibile soltanto a quest'ultima.

La **respirazione** è un'espressione immediata dell'emozione, ed è così vicina a quest'ultima che risulta impossibile distinguerla da essa, poichè è parte dell'emozione. Inoltre, esiste una gamma di espressioni respiratorie che può essere esplorata, esattamente come si può studiare un'impronta digitale. **Un'attenzione particolare** è portata agli interstizi, alle giunzioni, alle inflessioni, alle transizioni ed ai passaggi. Luogo significativo, crogiolo di forze pulsionali è il ventre, associato agli occhi, alla colonna vertebrale, al tatto. Questa «pneumatica» attiva le potenzialità latenti. Tutta

l'abilità consiste nel contenerle e nel guidare le pulsazioni, le onde e le risonanze."

Ma sappiamo come "fare" un buon prāṇāyāma?

Occorre prima di tutto liberarsi e il gesto respiratorio verrà spontaneo. Respirare col corpo, ed in modo particolare con la colonna vertebrale e il diaframma, con l'addome (esplorate il dorso con un gesto addominale).

La **pausa espiratoria** è un momento di rilassamento del diaframma, l'arresto spontaneo tra due cicli e riveste una importanza estrema. È sintomo di una buona distensione e porta benefici alla colonna vertebrale, che fa parte integrante del lavoro respiratorio (le flessioni/estensioni aumentano la basculazione del bacino, altrettanto si può dire dell'azione delle costole sulle vertebre dorsali). Il controllo digitale dei flussi di aria nel naso, aiuta a risolvere i paradossi creativi dello Yoga: respirare in apnea, danzare nell'immobilità, venir svegliati addormentati.

Il potere dello Yoga e del respiro

Mantra sono essenzialmente un continuo di modelli vibratorii, basati sulla teoria che l'intero cosmo si manifesti attraverso vibrazioni. Esiste una corrispondenza tra il suono sottile del mantra e gli organi sottili del corpo umano, tra questi e le forze nascoste del cosmo: lavorando con i suoni sottili del matra è possibile risvegliare le corrispondenti vibrazioni individuali. **Manuela Borri Renosto** insegna **Mantra Yoga e canto dello Yoga Sutra di Patanjali**; con il lungo seminario "Il Mantra nel Prāṇāyāma" fornisce preziosi insegnamenti anche ai futuri insegnanti grazie all'analisi delle pratiche respiratorie. Un mezzo di conoscenza antico già presente nel Pranasamyama Yoga, là dove si trova anche l'Hatha Yoga e il Laya Yoga, indispensabile per chi desidera approfondire.



Nitya e Ninad si sono incontrati vent'anni fa e mai più lasciati. Stessa passione per la musica e per i mantra, con i loro eventi **Mantra Singing** introducono in modo originale alla pratica del canto di mantra, fondendo la meditazione con la musica. In cerchio, al ritmo della chitarra, lasciarsi portare in viaggio dentro se stessi è una esperienza appagante.



Si muove tra Yoga, Tai Chi e Qigong **Marco Fasanotti**, insegnante originale preparatosi in Inghilterra e in Cina prima e in Italia presso Hari-Om poi. "Il benessere è strettamente legato al connubio tra mente, corpo ed energia e ho la forte convinzione che, indipendentemente dalla cultura, la matrice energetica sia sempre la stessa" dichiara. La classe che propone al festival parte da questa consapevolezza: un viaggio nella vita e nell'amore che inizia da semplici tecniche di Pranayama e qigong per arrivare alla fusione tra il respiro, il movimento e la mente e lascia una goccia di sole dentro i nostri cuori.



CANTI, MUSICA, YOGA. una via in più per la pratica

Cantare insieme, recitare mantras, concentrarsi sul suono: momenti di pratica importanti, che ci connettono gli uni agli altri, che aiutano a condividere l'esperienza del singolo. In questa edizione diamo spazio al suono e alla vibrazione della musica attraverso alcuni interpreti davvero speciali. Quest'anno in un'apposita sala - **Sala OM** - riserviamo uno spazio isolato e fuori dalla confusione delle sale di pratica per riunirsi intorno a suoni e note e provare a condividere il tempo. Il duo **Savita** viene da lontano, dall'Est europeo: **Geza e Ivo** sono rispettivamente insegnante di Yoga ed eccellente violinista: è molto altro. Insieme, insegnano ad approfondire la conoscenza dei canti e delle parole sacre. Magica è domenica la loro classe di meditazione sull'OM.

Oscar Bonelli, polistrumentista dalle molteplici tecniche strumentali, esprime la sua abilità attraverso strumenti che arrivano da tutto il mondo per laboratori a metà tra meditazione e canto energetico che aumentano l'energia vitale.

Igor Ezendam, musicista olandese spesso presente al festival, incarna la figura di un moderno sciamano che con la vibrazione dei suoni e dei canti riesce a sbloccare tensioni e nodi energetici. Lo scorso anno i suoi laboratori sono stati talmente apprezzati da averci convinto a riproporli quest'anno.



TRA LE PAGINE DELLO YOGA

Molte le presentazioni di libri! Evidenziano nuove e antiche prospettive dello Yoga a partire dall'incontro con **Simone Vanni** che venerdì pomeriggio presenta il libro "Il Giardino del Re - la mia vita con Satyananda" testimonianza del suo percorso spirituale fino all'incontro con il divino. Sabato, in mattinata, **Selene Calloni** presenta il suo volume "Yoga Sciamanico" un viaggio nel mondo del sapere sciamanico che ha radici all'origine dell'Uomo. Nello spazio di **CASAYOGA**, **Lorena Pajalunga** insegnante di Yoga e fondatrice della Associazione Italiana Yoga per Bambini,

presenta i volumi "Yoga Piccolo Piccolo" e "Yoga per Adolescenti". Quando la disciplina yogica diventa viaggio che trascende le età e le epoche; il testo di Alessandra Bruni "Alexandra David Néel" racconta le gesta di questa grande viaggiatrice dell'800 che oltrepassò i confini geografici tra oriente ed occidente per divulgare la filosofia buddhista. Senior alla scuola di B.K.S. Iyengar; **Eyal Shifroni** viene da Israele per presentarci il suo libro "A chair for Yoga", un manuale preciso che illustra come fare Yoga con l'aiuto di una sedia Ateeka con il volume "Love is under my skin" ricorda

che il primo viaggio da compiere con lo Yoga è proprio quello dentro noi stessi. Uno sguardo speciale va alle illustrazioni che completano il libro, interamente realizzate dall'artista e tutte al femminile.

Evento speciale: anteprima del libro "Il tuo suono sacro" l'autore Igor Ezendam incontra il pubblico per una presentazione d'eccezione del nuovo volume in uscita. **Simone Salvini** presenta i due volumi di cucina vegana domenica pomeriggio: "I Dolci della Salute" e "Cucina Vegana", ed. Mondadori.

MANAGEMENT PER LO YOGA

Hai una scuola di Yoga?
Vuoi farla funzionare al meglio?
Non sai da che parte cominciare?

Insegnare Yoga richiede passione ma anche capacità di organizzazione, gestione, marketing e comunicazione. Le scuole di Yoga sono a tutti gli effetti organizzazioni e come tali soggette alle "regole" del management.

Per esplorare potenzialità e possibilità di una gestione consapevole e armonica del "lavoro" della scuola bisogna coniugare un mondo, all'apparenza solo interiore come lo Yoga, con le necessità quotidiane legate all'organizzazione, alla pianificazione, al budget e al raggiungimento di obiettivi concreti.

Roberto Milletti e Francesca Cassia in collaborazione con il Prof. **Giordano Ferrari**, docente di Economia e Gestione delle Imprese presso la Facoltà di Ingegneria Gestionale dell'Università di Perugia e CEO di ETNsl, introducono alle strategie per il management di un centro di Yoga.



MYSTIC DANCES le danze indiane per il Divino

A YogaFestival c'è un evento nell'evento: si chiama **Mystic Dances**, tre giorni di workshops e performances che porterà a noi il mondo della danza dal pianeta India, in un incontro inaspettato tra tradizione e modernità.

"Il nostro intento - spiega Maya Devi - è far comprendere la vicinanza tra lo Yoga, disciplina molto antica, e la danza indiana altrettanto antica, arrivando anche a qualcosa di più contemporaneo e sfavillante come la danza Bollywood, il cui termine nasce dalla fusione di Mumbai e Hollywood, un omaggio in occasione del centenario dell'industria cinematografica di Bollywood".

Si andrà dalla **Bharata Natyam**, la più antica, al **Kathak**, alla **Odissi**, sinuosa e sensuale, dalla folk **Kalbelya** alle danze gypsy del **Rajasthan** alla **Bhangra** e **Ghidda** del **Punjab**, fino al giro vorticoso e mistico della danza Sufi che conduce alla trance. L'attualità si chiama invece **Bollywood**, danza di fusione tra danze indiane classiche e folk, spunti orientali e flamenco, contaminazioni con la musica pop.

Molti gli artisti in programma, tra cui

- **Nuria Sala Gran**, docente di Bharatanatyam, alla guida delo stage "Geometrie e simboli in danza";



- **Lucrezia Ottoboni**, specialista dello stile Odissi, che si dedica con passione alla diffusione della cultura indiana;
- **Lucrezia Maniscotti**, docente di Bharatanatyam, che proporrà il suo workshop "Il corpo poetico"
- **Rama Kaur Iurilli**, con un workshop dedicato al dinamico stile **Bhangra**
- **Alessandra Centonze**, danzatrice, coreografa e insegnante di Oriental Duende con "La danza segreta".
- **Nathalie Rajawasala** con uno stage sulla danza **Kandy**, nella tradizione dello Sri Lanka.

Uno speciale workshop sulle danze folk indiane sarà tenuto da Maya Devi: le danze Gipsy del Rajasthan & Kalyani (Danza del serpente) e uno stile più mistico con la Devi Dance, La danza della Dea interiore.

Sabato 12 ottobre "Mystic India. A tale of Devotion" con performance di **Sunny Singh**, coreografo e danzatore di Bollywood, in rappresentanza dell'India di oggi, capace di trasmettere il vero stile e la sensazione della danza moderna Bollywood, e **Anurekha Ghosh**, danzatrice di Kathak e Sufi Kathak, in rappresentanza dell'India più classica e mistica.

YOGA E SCIAMANESIMO, UN ANTICO INCONTRO

Uno Yoga che ha radici antichissime nel credo degli sciamani, un viaggio nei nostri centri energetici fino al profondo dell'anima. Obiettivo: l'incontro con la gioia. **Selene Calloni Williams** ci accompagna in questo cammino grazie alla sua conoscenza della tradizione, ottenuta dopo anni di vita in oriente. Appuntamento sabato mattina alle 12.30 per l'incontro **Yoga Sciamanico** dalla tradizione degli Yoga di Naropa e domenica alle 12.15 seminario sullo **Yoga della Medesimezza** che tratta la condizione di unione degli opposti. **Selene** segue il sito **nonterapia.ch** di cui è fondatrice e che promuove su più livelli lo Yoga Sciamanico. Nel filone sciamanico si inserisce l'incontro di **Trance Dance** tenuto da **Nirava**, sabato alle 18.45: nel ritmo dei tamburi la coscienza e la respirazione, modificata, aiutano a "vedere" con i sensi una realtà più ampia e completa e sperimentare la redenzione del corpo attraverso il movimento.

In programma una **BOLLYWOOD DREAM NIGHT** per venerdì 11 Ottobre 2013, organizzata in collaborazione con **MAISON MILANO** dove tutti potranno danzare al ritmo delle ultime hit songs di Bollywood o Punjabi remix a cura di **DJ AERY**. Performance e animazione a cura dell'ospite d'onore **SUNNY SINGH** accompagnato da **MAYA DEVI** e **Rajput Maharani**. Ingresso dalle 22.00 € 15,00 con buffet etnico vegetariano. La serata si terrà a Milano a **MaisonMilano** via Montegani 68. È gradita la prenotazione: inviare mail a mysticdances@gmail.com

YOGA AL FEMMINILE - for women only

CONOSCERSI PER STAR BENE

Una insegnante di Yoga, **Lisetta Landoni**, una dermatologa, **Riccarda Serri**, una ginecologa, **Roberta Raffelli**, una cardiologa, **Lidia Rota Vender**: insieme fanno il punto della situazione sul benessere femminile attraverso la pratica e non solo. Modera l'incontro sabato 12 alle 15.30 **Nicoletta Carbone**, conduttrice di Essere e Benessere, Radio 24. Ringraziamo **Organyc** per il coordinamento e la presenza. A seguire nella serata, il seminario di **Peggy Eskenazi** sull'importanza del respiro nella gravidanza e nel parto. Grazie alla pratica del respiro consapevole mamma e bimbo sono fortemente aiutati nel momento cruciale che è la venuta al mondo. Andate poi a farvi coccolare allo spazio relax **DEVA**, produttore di prodotti beauty ayurvedici, che vi accoglie per brevi massaggi e coccole post-yoga.

YOGA MAMMA E BIMBI

Chi dice che lo Yoga è solo per i grandi? Una pratica che vuole rafforzare ulteriormente il legame mamma e figlio. **Lorena Pajalunga**, Presidente dell'Associazione Italiana Yoga e Bambini (A.I.Y.B.) che mira a divulgare lo Yoga come fonte di apprendimento, presenta sabato mattina un'esperienza Yoga per mamme e bimbi dai 3 ai 24 mesi che sviluppa e migliora relazione, empatia, comprensione.

YOGA FAMILY con **Clemi Tedeschi**, per nuclei famigliari che vogliono stare insieme: con giochi percettivi, scambi reciproci, narrazione e asana per far crescere la consapevolezza di sé e la relazione affettiva.

Sempre pieno di attività lo spazio **Bimbi**, curato da **A.I.Y.B.**, con un fitto programma di giochi Yoga: prenotazioni direttamente sul posto.

Ai piccoli partecipanti, **Alce Nero** offrirà piccole merendine Bio.



UNA DANZA PER SOLE DONNE

Domenica ore 14 YogaFestival si colora di rosa con la performance-laboratorio **Danzando la Dea** (aperto a sole donne). Condotta da **Nadeshwari Joythimayananda** l'incontro, in occasione dei festeggiamenti della dea indiana **Saraswati**, sarà un momento dedicato alle donne e alla ricerca del loro spazio di affermazione nel mondo.



UNA MODERNA TRADIZIONE

Se la tradizione è trasmissione di memorie nel tempo, possiamo definire tradizioni anche insegnamenti contemporanei trasmessi da una generazione all'altra. Al festival, gli appuntamenti con la tradizione moderna sono vari.

Per ognuno dei tre giorni di festival **Willy van Lysebeth**, che continua gli insegnamenti del padre **André**, conduce un seminario incentrato sulle tematiche del respiro e le varie tecniche di **prāṇāyāma**. Nella stessa scuola si inserisce anche l'incontro con **Wanda Vanni**, presidente della **Federazione Mediterranea Yoga**. Anche la conferenza che terrà sabato ha il respiro come focus, e sottolinea i legami tra respiro, coscienza, vita. **Gabriella Cella Al Chamali**, anche quest'anno ospite speciale del festival, è presente con un incontro da non perdere di **Yoga Ratna**: dalle asana alla meditazione, la sua ultratrentennale esperienza è una inesauribile fonte di arricchimento.

Maciej Bielawski, studioso polacco e scrittore, racconta come **Raimon Pannikar** si dedicò alle Esperienze Vediche, ricerca in cui il grande teologo spagnolo impegnò dieci anni della sua vita.

Piero Vivarelli è l'esponente più importante in Italia di Anusara Yoga, la disciplina profondamente radicata nell'Hatha Yoga a cui il fondatore John Friend ha unito elementi di tradizione hindu e tantrica.

Yoga dal mondo

La nostra passione per lo Yoga non ha confini e ci porta a viaggiare per conoscere altri insegnanti, nuovi maestri che arricchiscono le nostre esperienze con approcci diversi, interessanti: conosciamoli!

Eyal Shifroni insegna in Israele, a Tel Aviv. Senior teacher di Iyengar da molti anni, ha scritto un libro che i praticanti di questo approccio amano molto: si intitola "Una sedia per lo Yoga – Guida completa alla pratica di Iyengar con l'aiuto della sedia" e aiuta ad utilizzare al meglio uno dei tools più utili che il Maestro B.K.S. Iyengar insegna a usare.

Perumal Koshy non è nuovo al festival, ma ciò che insegna si rinnova sempre. Indiano cresciuto a Los Angeles, stabilitori da qualche anno a Marrakech dove ha creato una comunità yogica internazionale, è il pioniere dello Yoga sul web: ha creato **PerumaTV**, un canale dedicato a cui abbonarsi e seguire le sue classi. Insegna su una base di Hatha Yoga come essere fluidi e dinamici.

Daniel Villasenor è il creatore di **MogaDao Yoga**, scuola che unisce le conoscenze taoiste, le

arti di qigong, la meditazione e filosofia yogica: è una contaminazione positiva che genera un insegnamento sfaccettato integrato ad altri stili più classici, come Iyengar Yoga o Hatha Yoga. Vive tra Santa Fe, l'Italia e Portland, Oregon e Milano.

Stewart Gilchrist è un personaggio che non si dimentica facilmente: scozzese, amato dai VIP, formatosi alla scuola **Jivamukti** con Sharon Gannon e David Life, in fuga dalle etichette conduce classi piene di movimento e armonia grazie a una trascendente personalità.

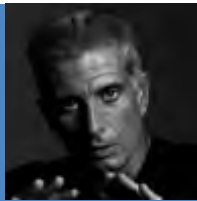
Christiane Piano, dagli Usa a Como passando per altri due continenti, segue la scuola di **Baron Baptiste**, un genere di Power Yoga fluido e ritmato: è ambasciatrice di Africa Yoga Project, il programma di Yoga che Baron porta da anni con successo nei ghetti del Kenya, e lavora per la creazione di una comunità di Yoga globale.

Thomas Fortel non si limita ad insegnare Yoga: è artista, astrologo, terapeuta e molto di più. Formatosi nello stile Iyengar si considera un ricercatore libero da etichette, sulla via della conoscenza che condivide con i suoi allievi. Vive tra gli States, l'Europa, l'India.

TEATRO YOGA

Massimiliano Finazzer Flory è un uomo di cultura eclettico e preparato con la passione per la scena teatrale. Attore, regista e autore teatrale, ha scoperto lo Yoga anni fa e la pratica costante gli ha regalato una grande capacità di praticare e di raccontare ciò che lo Yoga rappresenta per lui. Porta al festival un momento di vero teatro creato assemblando e interpretando pensieri e riflessioni sul respiro tratti da **Pannikar**, da **Rilke**, da autori vari. Su una scena scarna ed essenziale otto bravissimi insegnanti di Yoga eseguono asanas che hanno una corrispondenza con i brani letti.

Il lavoro, frutto di una sapiente ricerca nel vasto mondo dei pensatori contemporanei e non, viene rappresentato in un'unica serata venerdì 11 alle 21, continuando poi con appuntamenti-evento in giro per il mondo. L'ingresso è libero, non occorre prenotare. La serata si avvale della partnership con **AVEDA** azienda top di prodotti naturali di bellezza: **AVEDA** offrirà a chi lo desidera micromassaggi alle mani rigeneranti, per applaudire meglio.



Dall'Himalaya con amore

Philippe Djoharikian appare sulla strada del praticante come uno Shiva moderno: creatore di un nuovo valore, distruttore dei vecchi preconcetti, Philippe dai lunghi dreads e dagli abiti colorati ti ribalta come un calzino per mostrare le tue parti in ombra e illuminarle. Il suo approfondimento dello Yoga avviene grazie a tanti anni passati come un asceta sulle montagne dell'Himalaya in compagnia di anziani Maestri che praticano l'asceti, la meditazione, il digiuno e lo Yoga. Da loro, **Swami Chandra** per i Mantra Diksha, **Amma** per Bakthi e Karma Yoga e **Anand Giri Baba** per i Krya, ha imparato a condurre e considerare il corpo con consapevolezza: molto movimento riscaldante, detossinante, azioni di gruppo, circoli di energia, OM, meditazione e un forte legame con la Natura. La sua affascinante personalità, di una semplicità nuova e profonda, non lascia indifferenti e anzi, incuriosisce e invoglia ad ascoltare i suoi racconti che portano al cuore.



YOGA STUDIES ALL'UNIVERSITÀ

È il primo Master europeo dedicato allo Yoga e lo propone l'Università Ca' Foscari di Venezia, sempre attenta ad anticipare e interpretare le tendenze. Unico nel suo genere e pionieristico nei suoi intenti, il Master in **Yoga Studies** unisce le più innovative ricerche storiche e filologiche sullo Yoga alle più avanzate conoscenze in campo medico-scientifico e giuridico-economico. Il Master in Yoga Studies è un momento formativo irrinunciabile sia per insegnanti e praticanti di Yoga che intendano perfezionare le proprie competenze pratico-teoriche, sia per la

preparazione di figure professionali competenti, in grado di offrire consulenze altamente qualificate ormai indispensabili. Incontriamo il **prof. Federico Squarcini** direttore del corso e il **prof. Stefano Pellò**, che lo coordina domenica 13 alle ore 18, in sala Conferenze.

A SCUOLA DI YOGA CON YOGAJOURNAL

Un primo approccio allo Yoga in tutta souplesse è offerto da **YogaJournal** che in uno spazio riservato accoglie i neofiti e i semplici curiosi dedica un'attenzione quasi individuale a ogni partecipante grazie alla supervisione di **Barbara Barbarani** apprezzata insegnante. I piedi, la colonna, il respiro, la mandibola sono solo alcuni aspetti che Barbara toccherà per noi. Ci si può prenotare al desk di **YogaJournal**, la partecipazione è gratuita.

BREAKFAST IN ARMONIA

Puntate le sveglie, sabato e domenica abbiamo preparato un risveglio speciale per tutti! Sabato e domenica dalle 8.00 alle 9.30 due appuntamenti imperdibili per un relax che comincia già al mattino. Sabato incontro con **Elena De Martin** per una classe di **Ashtanga Yoga**, che aiuta a ritrovare le forze in un energetico risveglio; domenica **Meditazione** con **Ferruccio Ascari** per rimetterci in equilibrio. Seguirà una deliziosa colazione vegan offerta a tutti i partecipanti!

Se il buon giorno si vede dal mattino...saranno due ottime giornate.





La casa al Festival? È YOGA!

Nasce CasaYoga, una vera casa per scoprire lo Yoga dell'abitare. Nel rispetto del Vastu Vidya, scienza dell'abitare, la cura dell'essenza vitale della casa è più che mai importante: si traduce nella scelta di quel che di sano e salutare, ovvero naturale ed ecologico, offre il mercato dove la tecnologia fa tutt'uno con la sostenibilità. CasaYoga accoglierà tutti coloro che vorranno prendersi una pausa, magari sorseggiando un tè, e apprezzarne il comfort degli spazi e la ricchezza di quel che contiene. Dall'involucro, 100% legno senza alcun trattamento né additivo chimico, all'architettura della luce, alla cucina in cartone pressato, dagli arredi ai tessuti, in cotone e bambù organici agli accessori post-industria - la lampada snodabile in grado di riprodurre varie asana - la casa naturale è yogica e le soluzioni proposte perfette per qualunque appartamento di città.

AZIENDE PARTNER

• **Soligno:** www.soligno.rubner.com • **Imbiancature MD:** imbiancaturemd@gmail.com • **Key@Cucine**, marchio di Sbabo Cucine srl: www.keysbabo.com • **Clever Storage:** www.clever-storage.it • **Sidea Italia:** www.sideaitalia.com • **GA-PI:** www.ga-pi.it • **Marcandesign:** www.marcandesign.com • **èLUNAPIENA:** www.elunapiena.it • **Fosca Milano:** www.foscamilano.com • **Fiber Art and...** di Gabriella Anedi: www.fiberartand.it • **Sbam Design:** www.sbam-design.it • **Italko:** www.italko.it • **Terry Life:** www.terrylife.it • **Thermoeasy:** www.thermoeasy.it • **Catmex:** www.catmex.net • **El-Id:** www.elidsnc.it • **Ispa:** ispaalberto@libero.it • **La farfalla e il biancospino** di Simona Ratti: www.lafarfallaeilbiancospino.it

CasaYoga è un progetto che nasce dalla sinergia tra "IO ABITO BIO", sistema integrato di numerose e differenti attività green, che vanno dal mondo dell'Ecoabitare all'organizzazione di Bio Wedding, e la collaborazione con gli eventi itineranti di Yoga Festival: www.casayoga.it e www.ioabitobio.it



A CASAYOGA CHE SI FA?

VENERDI 11 OTTOBRE

Ore 15.00 Vastu, antica arte indiana dell'abitare in armonia con l'Universo. Lo Yoga dello Spazio. Origine, principi, ispirazioni concrete. Ne parla Fiammetta Parola architetto olistico e studiosa di Vastu.

Ore 17.30 Presentazione Libri. "Yoga per Adolescenti" - Ed. Età Dell'Acquario e "Yoga Piccolo Piccolo" - Ed. Corsare scritti da Lorena Pajalunga. Al termine della presentazione, degustazione di tè verde.

SABATO 12 OTTOBRE

Ore 11.00 Presentazione libro "Love Is Under My Skin. Experiments in Living Yoga" di Ateeka, Yogi, scrittrice, artista e guaritrice.

Ore 14.30 Mini-Corso di Space Clearing a cura di Lucia Laresi. A seguire: Rito Di Purificazione della casa.

Ore 16.00 Tour guidato "Vivere Sano Vivere Quotidiano... E La Casa Respira!" a cura dello Staff Casayoga, per scoprire tutto quel che rende yogica la tua casa. Accesso previa registrazione in loco o sul sito.

DOMENICA 13 OTTOBRE

Ore 11.00 Cooking Beauty Day a cura di PURAVIDABIO con la Dott.ssa Eugenia Palumberi.

Ore 15.00 Presentazione della lampada Hatha Light a cura di Design con la collaborazione di Benedetta Spada

Ore 17.30 Sessione teorica Fiber Art & Yoga a cura di Gabriella Anedi, gallerista ed esperta di Fiber Art.

Alice Nero offrirà ai visitatori gustose degustazioni bio.

www.SIRIOAYURVEDA.NET

Per il tuo corpo
Per la tua anima

Per il tuo Completo Benessere

www.SANTBANIASHRAM.IT

COSA STIAMO PREPARANDO?

Per il 2014 ecco le manifestazioni in programma. Tutte le info saranno visibili su www.yogafestival.it

OLISFESTIVAL 2014

Viaggio nella salute e nel benessere naturale
2ª Edizione 7|8|9 Febbraio 2014 Superstudio più Milano

YOGAFESTIVAL MERANO 2014

4ª edizione 9|10|11 MAGGIO 2014 Palazzo Kurhaus

YOGAFESTIVAL CATANIA 2014

3ª edizione 16|17|18 MAGGIO 2014 Palazzo della Cultura

YOGAFESTIVAL ROMA 2014

7ª edizione 19|20|21 SETTEMBRE 2014 Cascina Farsetti - Villa Doria Pamphilj

YOGAFESTIVAL MILANO 2014

9ª edizione 10|11|12 OTTOBRE 2014 Superstudio Più Milano

YOGADAYS 2014

Yoga Sadhana Awakening Training con CARLOS FIEL
sabato 9 e domenica 10 novembre 2013
sabato 8 e domenica 9 marzo 2014

CICLO DI 4 LABORATORI DI CUCINA VEGANA

con SIMONE SALVINI
domenica 10 novembre | domenica 15 dicembre
domenica 16 febbraio 2014 | domenica 9 marzo 2014

**OLIS
FESTIVAL**

2° Edizione

7 - 8 - 9 Febbraio 2014
Superstudio Più
Via Tortona, 27 - Milano

www.olisfestival.it

PROGRAMMA

Lezioni di Yoga, meditazione, presentazioni e conferenze

PIÙ DI 60 APPUNTAMENTI PER PRATICARE
YOGA, MEDITAZIONE, CONSAPEVOLEZZA DEL CORPO, BENESSERE DELLA MENTE

• ANUSARAYOGA • ASHTANGAYOGA • HATHA YOGA • IYENGAR YOGA • KRAMA YOGA •
MANTRA YOGA • MEDITAZIONE • MOGADAO YOGA • NADA YOGA • POWERVINYASA • VINYASA
YOGA • YOGA FAMILY • YOGA E BIMBI • YOGA PER DONNE • YOGA HIMALAYANO • YOGA
SCIAMANICO • TRADIZIONE VAN LYSEBETH • TRANCE DANCE • MEDITAZIONE MINDFULNESS
• TANTRA YOGA • CANTO ARMONICO • RATNA YOGA • RAJA YOGA • ODAKA YOGA •

A tutto Festival | BUONI CONSIGLI PER SCEGLIERE

Questa pagina centrale contiene il "cuore" del festival, il programma. Quattro pagine che si possono staccare e portare in tasca per consultarle quando serve. Per seminari si intende una classe di Yoga di durata variabile tra 1.30 e 3 ore. Più la classe è lunga più è consigliabile a praticanti esperti. Dove si indica "multilivello" significa che l'insegnante accetta anche praticanti principianti: sarà suo compito seguire tutti i livelli di preparazione. RACCOMANDIAMO di vestire abiti comodi, acqua, quaderno appunti e



tappetino. IMPORTANTE: gli amici di Reyoga, che produce tappetini e attrezzi per Yoga, noleggiato a costo zero attrezzature e tappetini. I Laboratori di cucina sono vere lezioni di cucina, dove imparare a cucinare insieme. Le attrezzature e gli ingredienti sono forniti. Nella Sala OM si svolgono seminari con musica di canto armonico, mantras, canti devozioni e non occorre essere intonati! Il programma Mystic Dances si svolge nel padiglione in giardino: si danza in workshop a diversi livelli, scegliete quello giusto per voi.

Mystic Dances | IL FESTIVAL NEL FESTIVAL a cura di Nomad Dance Fest

ECCO IL PROGRAMMA DI "MYSTIC DANCE" | SPAZIO DANZA | PIANO TERRA

VENERDÌ 11

12.00 - 13.00 | **NURIA SALA GRAU**
Teatro danza indiana Bharata Natyam:
"Geometrie e simboli in danza"
Multilivello - Contributo € 20,00

14.00 - 16.00 | **SUNNY SINGH**
BOLLYWOOD DANCE "le danze folk di
Bollywood" Danza Lavani del Maharashtra
Intermedio - Contributo € 25,00

16.15 - 17.15 | **ANUREKHA GHOSH**
PURE CLASSICAL INDIAN DANCE
introduction workshop
Multilivello - Contributo € 15,00

17.30 - 18.30 | **SUNNY SINGH**
BOLLYWOOD MODERN DANCE
"Bollywood masala"
Intermedio - Contributo € 20,00

19.30 - 20.00 | **CERIMONIA**
"DREAMING INDIA" performance di danze
indiane con artisti vari. BOLLYWOOD DANCE
con coinvolgimento del pubblico - Evento gratuito

SABATO 12

10.30 - 12.30 | **SUNNY SINGH**
SEMICLASSICAL BOLLYWOOD DANCE
"Old is Gold"
Intermedio - Contributo € 35,00

12.45 - 14.00 | **LUCREZIA OTTOBONI**
Danza classica ODISSI
"La danza della dea Durga"
Multilivello - Contributo € 20,00

14.30 - 16.30 | **ANUREKHA GHOSH**
Danza classica indiana KATHAK "THUMRI:
poesia in movimento" tradiz. di Lucknow Gharana
Multilivello - Contributo € 35,00

16.45 - 18.15 | **MAYA DEVI**
Danze gypsy del Rajasthan KALBELIYA
"La danza del serpente"
Multilivello - Contributo € 25,00

18.30 - 19.30 | **RAMA IURILLI**
BHANGRA Danza indiana folk del Punjab
Multilivello - Contributo € 15,00

DOMENICA 13

10.30 - 12.00 | **ALESSANDRA CENTONZE**
La DANZA SEGRETA Free Duende
"Il ritmo del cuore"
Multilivello - Contributo € 20,00

12.15 - 13.45 | **ANUREKHA GHOSH**
SUFU KATHAK
"La tradizione Sufi nella danza Kathak"
Multilivello - Contributo € 25,00

14.30 - 15.30 | **NATHALIE RAJWASALA**
DANZA KANDY dello Sri Lanka
Multilivello - Contributo € 20,00

15.45 - 16.45 | **MAYA DEVI**
DEVI DANCE® La danza della dea interiore
"Sacralità e devozione fra danza e yoga"
Multilivello - Contributo € 25,00

17.00 - 18.30 | **LUCREZIA MANISCOTTI**
"Bharatanatyam: la creazione
di un corpo poetico"
Multilivello - Contributo € 20,00

	sala 1	sala 2	sala 3
VENERDÌ 11	10.30 - 13.30 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 intensa Contributo € 30,00	10.30 - 13.30 B.K.S. Iyengar Yoga Eyal Shifroni - ISRAELE Yoga con l'aiuto della sedia Seminario intensivo con attestato, per insegnanti e avanzati - Pratica intensa Contributo € 30,00	10.30 - 13.30 Hatha Yoga Wanda Vanni - ITALIA L'Hatha Yoga per orientare le nostre azioni verso un processo di purificazione globale Seminario intensivo con attestato per insegnanti e avanzati - Pratica intensa Contributo € 30,00
	14.00 - 17.00 Trad. Van Lysebeth Willy Van Lysebeth - BELGIO Approfondire il respiro Seminario intensivo con attestato, multilivello Pratica intensa Contributo € 30,00	14.30 - 16.00 Meditazione Mindfulness Carolina Traverso - ITALIA Aprirsi al presente Seminario multilivello - Pratica meditativa Contributo € 10,00	15.00 - 18.00 Mantra Yoga Manuela Borri Renosto - ITALIA Il Mantra nel Pranayama Seminario livello intermedio - Pratica intensa Contributo € 30,00
	17.15 - 20.15 MogaDao Yoga Daniel Villasenor - U.S.A. Benessere cosmico: MogaDao Yoga e la pratica dell'armonia totale Seminario multilivello - Pratica intensa Contributo € 30,00	16.30 - 19.30 Yoga Somatico Ateeka - NORVEGIA Yoga Somatico. Il Movimento della Vita Seminario intensivo con attestato per insegnanti e avanzati Contributo € 30,00	18.15 - 20.15 Hatha Yoga Thomas Fortel - U.S.A. SPECIALE PROVA CON ME! Coinvolti nel fluire. Engaging the flow Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 15,00
SABATO 12	08.00 - 9.30 Ashtanga Yoga Elena de Martin - ITALIA Iniziare la giornata con l'energia dell'Ashtanga Yoga Seminario multilivello, dinamico, breakfast compreso Contributo € 10,00	10.15 - 12.15 Yoga Himalayano Philippe Djoharikian - FRANCIA Yoga dall'Himalaya Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	10.15 - 11.45 Yoga mamma e bimbi Lorena Pajalunga - ITALIA Baby Om Evento gratuito
	10.00 - 12.00 Trad. Van Lysebeth Willy Van Lysebeth - BELGIO Dal respiro al soffio Seminario multilivello - Pratica soft Contributo € 25,00	12.30 - 14.30 Yoga Sciamanico Selene Calloni - ITALIA Yoga Sciamanico (lo Yoga della conoscenza dello stato di sogno e lo Yoga del calore) Seminario intensivo con attestato, multilivello Pratica intensa Contributo € 25,00	12.00 - 14.00 Pranayama Marco Fasanotti - ITALIA Il volo del Respiro Seminario per intermedi - Pratica intensa Contributo € 15,00
	12.15 - 14.15 Anusara Yoga Piero Vivarelli - ITALIA Il suono che vibra in ogni respiro Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	14.45 - 16.45 Hatha Yoga Thomas Fortel - U.S.A. Lasciamoci fluire nella pratica Seminario multilivello - Pratica soft Contributo € 25,00	14.15 - 16.15 Dynamic fusion Yoga Perumal Koshy - INDIA Le regole auree dello Yoga in collaborazione con Yoga Journal Seminario multilivello Contributo € 15,00
	14.30 - 16.30 Jivamukti Yoga Stewart Gilchrist - INGHILTERRA La semplicità dello Yoga Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	17.00 - 19.00 Yoga Somatico ATEEKA - NORVEGIA Fluid Body Yoga. Yoga del Corpo Fluido. Seminario multilivello, pratica soft Contributo € 25,00	16.30 - 18.30 Yogafamily Clemi Tedeschi - ITALIA La buona pratica per crescere insieme Seminario multilivello - Pratica dinamica Evento gratuito
16.45 - 18.45 B.K.S. Iyengar Yoga Eyal Shifroni - ISRAELE Yoga con l'aiuto dei supporti Seminario multilivello - Pratica soft Contributo € 25,00		18.45 - 20.30 Trance Dance Nirava - ITALIA Trance Dance la Danza della Vita Seminario multilivello - Pratica dinamica, musicale Contributo € 20,00	
DOMENICA 13	08.00 - 09.30 Meditazione Ferruccio Ascari - ITALIA Il bilanciamento degli opposti Seminario multilivello - Pratica meditativa breakfast compreso Contributo € 10,00	10.00 - 12.00 Trad. Van Lysebeth Willy Van Lysebeth - BELGIO Esplorare il respiro e la sua integrazione al tocco Seminario multilivello - Pratica meditativa soft Contributo € 25,00	10.00 - 12.00 Yoga Himalayano Philippe Djoharikian - FRANCIA Yoga dall'Himalaya Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00
	10.00 - 12.00 Jivamukti Yoga Stewart Gilchrist - INGHILTERRA La rivoluzione dello Yoga Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	12.15 - 14.15 Dynamic Fusion Yoga Perumal Koshy - INDIA Dynamic progressive fusion Yoga Seminario multilivello Contributo € 25,00	12.15 - 14.15 Ayurveda Yoga Nadeshwari Joythimayananda - INDIA Danzando la Dea - la consapevolezza del fuoco Per sole donne - Evento gratuito
	12.15 - 14.45 Yoga Sciamanico Selene Calloni - ITALIA Yoga Sciamanico (Lo Yoga del Bardo e della Medesimezza) Seminario multilivello - Pratica intensa Contributo € 25,00	14.30 - 16.30 Hatha Yoga Thomas Fortel - U.S.A. Ripristinare le forze e ringiovanire lo spirito con la pratica Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	14.30 - 16.30 Baptiste Yoga Christiane Piano - U.S.A. Mind, body and soul connection through the Ujjahi (victorious) breath Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00
	16.00 - 19.00 Yoga Ratna Gabriella Cella - ITALIA Il mondo simbolico dello Yoga Ratna Seminario intensivo - Pratica meditativa Contributo € 50,00	16.45 - 19.00 Odaka Yoga Roberto Milletti - ITALIA Ocean breathing Seminario multilivello - Pratica dinamica Contributo € 25,00	16.45 - 18.15 Yoga in gravidanza Peggy Eskenazi - ITALIA Il Respiro nella gravidanza e nel parto Seminario multilivello - Pratica soft Contributo € 15,00

sala om

sala conferenze

cucina & eventi

17.30 - 18.30 | **Yoga della risata**
Lo Yoga della Risata
e la Respirazione Profonda
Evento gratuito

11.45 - 13.45 | **Canto Armonico**
Igor Ezendam - OLANDA
Libera la tua voce. La liberazione vocale
e il Canto Armonico
Seminario multilivello - Pratica meditativa
Contributo € 25,00

14.00 - 16.00 | **Mantra Meditation**
Savita - REP. CECA
I Chakras per armonizzare il sistema
energetico interno
Seminario multilivello - Pratica meditativa
Contributo € 25,00

10.30 - 12.00 | **Musica Polistrumentale**
Oscar Bonelli - ITALIA
Canto energetico e meditazione sul suono
Concerto
Contributo € 15,00

12.15 - 13.45 | **Canto di gruppo**
Nitya e Ninad - ITALIA
Il respiro del Divino
Seminario multilivello - Pratica musicale meditativa
Contributo € 15,00

14.00 - 15.00 | **Mantra Meditation**
Savita - REP. CECA
Pranayama e Mantras nel training Yoga
Seminario multilivello - Pratica meditativa
Contributo € 25,00

16.00 - 18.00 | **Canto Armonico**
Igor Ezendam - OLANDA
Healing harmonics. Curarsi col suono
Seminario multilivello - Pratica dinamica, musicale
Contributo € 25,00

16.30 - 17.30 | **Libro**
Simone Vanni - ITALIA
Presentazione "Il Giardino del Re - La
mia vita con Satyananda"
Evento gratuito

17.45 - 19.15 | **Conferenza**
Sujith Ravindran - INDIA
La danza cosmica tra Shiva e Shakti:
come la sapienza dei saggi può
riaccendere la nostra vita come amanti,
genitori, amici
Evento gratuito

11.00 - 12.00 | **Libro**
Selene Calloni - ITALIA
Presentazione "Iniziazione allo Yoga
Sciamanico"
Evento gratuito

12.15 - 13.45 | **Conferenza**
Swami Joythimayananda - INDIA
Lo Yoga è uno stile di vita.
Incontro su Yoga e Ayurveda
Evento gratuito

14.00 - 15.15 | **Libro**
Alessandra Bruni - ITALIA
Presentazione "Alexandra David - Néel"
Evento gratuito

15.30 - 17.00 | **Conferenza**
L. Landoni, R. Raffelli, R. Serri, L. R. Vender
Il benessere è donna: conoscersi per stare
bene - con N. Carbone, a cura di Organyc
Evento gratuito

17.15 - 18.45 | **Conferenza**
Willy Van Lysebeth - BELGIO
Prana, respiro e soffio
Evento gratuito

19.00 - 20.00 | **Libro**
Eyal Shifroni - ISRAELE
Presentazione "A chair for Yoga"
Evento gratuito

10.30 - 12.00 | **Conferenza**
Giordano Ferrari - ITALIA
Management per lo Yoga: tradurre un'idea
in un successo
Evento gratuito

12.15 - 13.30 | **Libro**
Dharmayanam
Presentazione "Autobiografia di Sri
Tathata e Dharmasuya Mahayaga 2014"
Evento gratuito

14.45 - 15.45 | **Libro**
Simone Salvini - ITALIA
Presentazione "I dolci della salute"
e "Cucina Vegana"
Evento gratuito

16.15 - 17.45 | **Libro**
Maciej Bielawski - POLONIA
Presentazione "Raimòn Panikkar e la sua
Esperienza Vedica"
Evento gratuito

18.00 - 19.00 | **Conferenza**
Prof. F. Squarcini, Prof. S. Pellò
Yoga Studies. Presentazione del primo
Master europeo di Yoga
Evento gratuito

15.00 - 18.00 | **LABORATORIO DI CUCINA**
Elena Dal Forno - ITALIA
Un caldo e crudo autunno: la cucina
vegana crudista e i suoi sapori autunnali
Laboratorio multilivello - Crudismo
Contributo € 30,00

21.00 - 22.30 | **Performance | SALA I**
Massimiliano Finazzer Flory - ITALIA
Il Respiro della Vita - Un omaggio allo Yoga
Performance teatrale
Ingresso libero

09.00 - 10.00 | **SALA CONFERENZE**
Ricordando Sabrina
MAHATMA SABRI JIYOGACHARINI
NAMASTÉ
Yoga Festival dedica un momento
di riflessione nel ricordo di Sabrina Grifeo
Cerimonia aperta a tutti

10.00 - 13.00 | **LABORATORIO DI CUCINA**
Karin Ranzani - ITALIA
La buona cucina naturale ed energetica
Contributo € 30,00

15.00 - 18.00 | **LABORATORIO DI CUCINA**
Simone Salvini - ITALIA
Prepariamo un gustoso pic-nic vegano
Seminario di cucina vegana
Contributo € 30,00

20.15 - 22.00 | **Galà danza | SALA I**
MYSTIC DANCES
Il magico mondo delle Mystic Dances
Tutti gli artisti di Mystic Dances
Evento gratuito

10.00 - 13.00 | **LABORATORIO DI CUCINA**
Simone Salvini - ITALIA
Il pranzo della domenica!
Serviamolo al cucchiaino!
Contributo € 30,00

15.00 - 18.00 | **LABORATORIO DI CUCINA**
Chef Didier - ITALIA
Shad Rasa - I sei sapori secondo
la tradizione ayurvedica
Laboratorio di cucina ayurvedica
Contributo € 30,00

VENERDI 11

SABATO 12

DOMENICA 13

Orari Freeclass | ingresso libero

	spazio mandala	spazio yantra	sala olis
VENERDÌ 11			12.00 - 12.50 SILVIO CREPALDI Le diverse interrelazioni tra le diverse tecniche olistiche riflessologiche
		13.00 - 14.30 EVENTO SPECIALE Jacopo Ceccarelli Acroyoga: la forza del volo yogico	
	15.00 - 15.50 SARA BIGATTI Vinyasa Flow: forza ed equilibrio in movimento		
	16.00 - 17.00 EVENTO SPECIALE Savita Il suono dell'Anima		
	18.00 - 19.00 EVENTO SPECIALE Igor Ezendam Canto Armonico	17.00 - 18.50 EVENTO SPECIALE Benedetta Spada Vinyasa Yoga digital detox	
19.00 - 19.50 MAYA DEVI PRESENTAZIONE MYSTIC DANCES	19.00 - 19.50 MASSIMILIANO ESPOSITO Lo spirito leggero della postura		
SABATO 12	10.00 - 11.30 EVENTO SPECIALE Nitya e Ninad Mantrasinging	10.00 - 10.50 MONDÒ Yoga del profondo - fermarsi ad ascoltare	10.00 - 10.50 EMF BALANCING TECHNIQUE Emf Balancing Technique
		11.00 - 11.50 C.S. BHAKTIVEDANTA Yoga e Counseling L'arte dello yoga nella relazione di aiuto	11.00 - 11.50 ACC. ITALIANA SHIATSU DO Shiatsu tecnica evolutiva e cuore delle D.B.N.
	12.00 - 12.50 AIPY Samatva Yoga L' Aura: Forza e flessibilità per aprirsi al cambiamento	12.00 - 12.50 YOGARE Il tuo Yoga, quando vuoi, ovunque tu sia	12.00 - 12.50 ALOHASI In Te Graal È - rigenera la propria medicina
	13.00 - 13.50 IKYTA Il primo Sutra dell'Era dell'Acquario: "Riconosci che l'altro sei tu"	13.00 - 13.50 SAHAJA YOGA Il soffio della Kundalini: come nutre, rigenera e riequilibra il sistema sottile	13.00 - 13.50 METODO GREENBERG L'arte della libertà... impara l'arte e crea una vita sorprendente! Con gli strumenti del metodo Greenberg
	14.00 - 14.50 JUST B! Yoga e Pilates Studio Odaka Yoga Flow		14.00 - 14.50 CENTRO BENESSERE Lezione dimostrativa di massaggio thailandese
	15.00 - 15.50 BEYOGA Vinyasa Flow: forza ed equilibrio in movimento	15.00 - 15.50 TATHATA DHARMA VRINDAM Introduzione alla pratica di Aishwara Yoga	15.00 - 15.50 SCUOLA TAO La medicina cinese per il mantenimento della salute: l'alimentazione, il Tuina e il Tuina per bambini
	16.00 - 16.50 SATTVA STUDIO Respira e illuminati d'immenso	16.00 - 16.50 ANANDA ASSOCIAZIONE Gli esercizi di ricarica di Paramhansa Yogananda	16.00 - 16.50 NATURAL BODYWORK Natural Release: il massaggio che danza
17.00 - 17.50 SANT BANI ASHRAM L'esperienza personale del Divino opposta alla Fede nel Divino	17.00 - 17.50 EFOA Yoga posturale: la catena posturale discendente, le radici della Terra del Muladhara Chakra: calma, sicurezza e stabilità	17.00 - 17.50 AYURVEDIC POINT Ingannevol - Mente - come la mente perturba la nostra percezione della realtà	
18.00 - 19.30 EVENTO SPECIALE Oscar Bonelli L'uno nel suono - Concerto	18.00 - 18.50 SATYASVARA Lezione di Hatha Yoga	18.00 - 18.50 SPAZIO LIFE Rebirthing, respira la gioia di vivere	
DOMENICA 13	10.00 - 10.50 SAMADHI Anukalana Yoga, apri il cuore e riscopri l'integrità attraverso movimenti dolci e profondi	10.00 - 10.50 LIGHT ON YOGA Introduzione allo Yoga Iyengar Condotta da Yoga Studio Milano	10.00 - 10.50 SATYA Gli Oli Medicati in Ayurveda: indicazioni e loro utilizzo pratico
	11.00 - 11.50 IL CERCHIO ONLUS Mindfulze - la meditazione per l'uomo moderno	11.00 - 11.50 SELF REALIZATION FELLOWSHIP Meditazione guidata	11.00 - 11.50 AUMSHANTI Tecnica Ayurvedica per il benessere della mente
	12.00 - 12.50 EFOA Yoga posturale: il respiro e il ritmo dei tre diaframma, il fluire dell'Acqua dello Svadhisthana Chakra: vitalità, stiramento e piacere	12.00 - 12.50 BALIYOGA.IT Pratica di Yoga con Bali Yoga	12.00 - 12.50 ZOEOLISTIC "Gli occhi specchio dell'anima, i piedi specchio della salute e del corpo." Impariamo come trattare i piedi per migliorare il nostro benessere
	13.00 - 13.50 CENTRO ESSERE YOGA Che valore dai allo Yoga?	13.00 - 13.50 CENTRO STUDI YOGA La formazione dell'insegnante di Yoga tra tradizione e innovazione	13.00 - 13.50 EDIZIONI IBIS Lo Yoga della Risata - presentazione libro: "Ho Ho Ho Ha Ha Ha vivere meglio con lo yoga della risata"
	14.00 - 14.50 CENTROLISTICO Il Pranayama nella pratica degli Asana e Vinyasa	14.00 - 14.50 HARI - OM Hari Yoga Flow	14.00 - 14.50 SIRFA "Nel viso la chiave della salute" prendersi cura di sé con le proprie mani "Dien Chan" una semplice tecnica vietnamita alla portata di tutti
	15.00 - 15.50 SHAKTI MAT Calma, piacere, energia: pratica di Yoga con Shakti Mat	15.00 - 15.50 PREMA KRIYA YOGA "Kundalini - lo Yoga della Consapevolezza e del Risveglio del Sè infinito"	15.00 - 15.50 AIMA C.S.R.A.M. AYURVEDA Ayurveda: i benefici dei trattamenti ayurvedici
	16.00 - 16.50 ASSOCIAZIONE ARTÈ Introduzione all'Ashtanga Rishi Yoga (tradizione Gitananda Yoga)	16.00 - 16.50 SRI CHINMOY Meditazione e musica dal vivo: arrangiamento dei canti del maestro Sri Chinmoy (Harmonium, Accordion, Flut, Guitar, Tabla, Voices)	16.00 - 16.50 REFLESSOLOGI ZU Introduzione al metodo Zu
	17.00 - 17.50 SADHANA Respira insieme al ritmo di una serie	17.00 - 17.50 GANESH Ayurveda nuovo paradigma della Salute	17.00 - 17.50 TANGO OLISTICO Come accedere al nostro piacere profondo

NATURAL POINT

Integratori alimentari di qualità ...per tutti!

Natural Point srl
via F. Maltoni, 4 - tel. 02.27007247 - info@naturalpoint.it

Prema Kriya Yoga

Corsi di Kundalini Yoga, Hatha Yoga, Vinyasa Yoga e Ashtanga Yoga
Maestro di riferimento: Paramhansa Yogananda

www.premakriyayoga.com

Scopri la collezione di completini yoga su:
www.weareessential.com

Diventa Insegnante Yoga

www.formazioneyoga.it
www.anukalanayoga.it

associazione asdc
Samadhi
338 1600523

Benvenuto dove regnano la gioia,
l'amicizia e la pratica spirituale
della **yoga**

ANANDA YOGA ACADEMY
www.anandayoga.eu

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**

www.yogare.eu

pratica con gli insegnanti più influenti d'Italia direttamente a casa tua!

Yogare®

la prima scuola di yoga on-line in italiano

AIMA C.S.R.A.M. AYURVEDA
SCUOLA DI AYURVEDA E MASSAGGIO AYURVEDICO ORGANIZZA:

CORSI BIENNALI RICONOSCIUTI DALLO CSEN, Aperti a tutti
CORSI PER PROFESSIONISTI DEL SETTORE
CONSULENZE AYURVEDICHE
SETTIMANE DEPURATIVE DI PANCHAKARMA
STAGE IN INDIA

PER INFO: AIMA C.S.R.A.M. AYURVEDA asd
Via Minturno, 9 - Milano - Tel. 02 25715109 - Cell. 338 6141980
www.il-massaggio.com/

Aipy
Associazione Italiana Pedagogia Yoga

Formazione insegnanti completa
200 ore - 500 ore

Yoga per crescere
Yoga per l'età evolutiva, scuola, ambiente, intercultura, bisogni speciali

Samatva
Yoga adulti, riequilibrio posturale-energetico

www.aipy.it

Brescia - Lugano - Milano
Bologna - Pordenone
335 7892956 - 333 7980940

MAPITALIA
MAHARISHI AYURVEDA PRODUCTS

Maharishi Ayurveda®

PRODOTTI AYURVEDICI - COSMESI- FORMAZIONE
HACCP - WHO-GMP- ISO 22000:2005

Tel. +39.045.8980814 - www.mapitalia.com - info@mapitalia.com

**Ferruccio Ascari**

Ferruccio Ascari (Sn.Trigunananda), dopo la laurea in filosofia si specializza nello studio e nella pratica del pensiero yogico. La sua formazione di insegnante avviene presso la Bihar School of Yoga. Qui nel '91 consegue il "Certificate of Yoga teacher" e tra il '92 e '93 frequenta il "Sannyasa Training Course". Nel '93 fonda a Milano il "Centro Studi Yoga". Sua è l'ideazione di "ARTEYOGA", un percorso in cui le tradizionali tecniche meditative dello Yoga s'intrecciano con l'espressione creativa per giungere ad una più profonda conoscenza della propria interiorità.
www.centrostudiyoga.it

**Oscar Bonelli**

Oscar Bonelli inizia la sua ricerca musicale verso i trent'anni. Oscar esprime la sua abilità attraverso i suoi concerti con molti strumenti musicali, fondendo i suoni in un canto che diventa preghiera. Con l'Associazione "Un nuovo mondo è possibile" realizza i suoi laboratori di canto energetico, condividendo la sua esperienza sulla meditazione sul suono, il canto armonico, le campane tibetane e l'approccio alle percussioni. In questi laboratori Bonelli aiuta i suoi allievi ad aumentare la forza vitale portando il corpo a la mente in equilibrio energetico.
www.unnuovomondoèpossibile.it

**Jacopo Ceccarelli**

Insegnante Yoga dal '94, frequenta diversi Ashram. La passione per le arti marziali lo ha portato ad imparare la meditazione secondo la tradizione Taoista e quella Zen. Questa passione lo ha portato a trascorrere molto tempo sull'Himalaya dove si ritira e impara la meditazione con monaci e yogi di diverse tradizioni spirituali tra cui il Tantra. Nell'estate del 2010 diventa il primo insegnante certificato di AcroYoga in Italia. Dal 2006 ha dato vita ad un approccio chiamato Anukalana Yoga..
www.yogafirenze.it

**Philippe Djoharikian**

Philippe ha origini armenie ma una vita in Francia. "Dopo la spedizione sull'Himalaya ho trovato la vera vita con Sadhu e Baba in India. All'inizio seguivo la Sadhana ma gradualmente lo Yoga mi ha dato la maggior parte delle risposte". L'incontro di Philippe con lo Yoga avviene grazie a tanti anni passati come un asceta sulle montagne dell'Himalaya in compagnia di anziani Maestri. 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. <http://champignonbleu.free.fr>

**Marco Fasanotti**

Marco Fasanotti si avvicina alla Medicina Tradizionale Cinese nelle sue espressioni energetiche legate alle pratiche di Qigong e Tai Chi, di cui diventa insegnante certificato. Il progressivo ampliarsi della sua visione del connubio tra mente, corpo ed energia lo portano a sperimentare anche la pratica dello Yoga. Da questa convinzione prende il via il suo percorso di formazione presso la scuola Hari - Om di Alessandria. Marco Fasanotti vive a Biella dove ha creato un centro in cui si praticano Yoga, Tai Chi, Qigong e Pilates.
www.marcofasanotti.com

**Thomas Fortel**

Thomas pratica lo Yoga dal 1982 e lo insegna dal 1994. È cresciuto con lo stile Iyengar. Fortel combina una comprensione diretta del corpo con le posture Yoga ad un orientamento più spirituale. "Non penso allo Yoga come ad una moda passeggera. Credo che il fatto più importante sia aver trovato un modo di guarire il corpo permettendo un libero fluire del Prana. Questo è il beneficio e la possibilità che lo Yoga ci regala per il resto delle nostre vite."
www.thomasfortel.com

**Ateeka**

Ateeka è una yogi, scrittrice, artista e guaritrice. Condivide una prospettiva speciale su Yoga e salute attraverso lo Yoga tantrico e la pratica di particolari movimenti corporei. Il suo stile genuino di insegnamento incoraggia l'innata intelligenza del corpo ad emergere in ognuno, in modo unico. Quando non è impegnata nei suoi viaggi internazionali, le piace vivere a contatto con la natura in una casa rustica con i suoi cari.
www.ateeka-yoga.com

**Manuela Borri Renosto**

Manuela Borri Renosto insegna Raja Yoga e Mantra Yoga, Canto Vedico e Canto dello Yoga Sutra di Patanjali da 45 anni. I suoi maestri sono stati Denise e André Van Lysebeth, Gerard Blitz, T.K. Srihashyan per lo Yoga. Il compositore Giacinto Scelsi la iniziò al Mantra Yoga e allo Yoga Integrale di Aurobindo. Dal compositore Roberto Laneri ha ricevuto l'insegnamento del canto armonico. Per vent'anni ha lavorato su di sé con lo psicanalista junghiano Mario Trevi. È stata uno dei soci fondatori della Federazione Italiana Yoga (F.I.Y.). www.myoga.it

**Gabriella Cella**

Gabriella Cella Al-Chamali si avvicina allo Yoga nei primi anni '70. Gabriella Cella Al-Chamali 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. www.yogaratna.it

**Peggy Eskenazi**

Laureata in lingue il filo conduttore della sua vita è però la ricerca nello Yoga. Come insegnante di Yoga si forma all'Associazione Italiana di Raja Yoga e si specializza nella pratica dello Yoga in gravidanza attraverso l'esperienza personale e il coordinamento di corsi di approfondimento riconosciuti dalla Yani. Per lo Yoga Meeting di Merano è responsabile delle relazioni con l'estero e gli ospiti stranieri. Insegna da anni Raja Yoga, Meditazione, Yoga in Gravidanza e Post parto, Yoga per la terza età presso l'Associazione Artè.
www.arteyoga.it

**Giordano Ferrari**

Giordano Ferrari, CEO e Fondatore di Eterna Team Network sI, Software House Internazionale. Docente di Economia e Gestione delle Imprese. Master in Management dell'Innovazione. Laureato in Filosofia. Ha lavorato per conto di Imprese, Pubblica Amministrazione e ONLUS. Ha pubblicato alcuni libri sul tema dell'Innovazione e vari articoli in Italia e all'estero. È stato relatore ad importanti conferenze nazionali ed internazionali. Collabora da anni con alcune scuole di Yoga nazionali ed internazionali e con YOGA Management. www.yogamanagement.org

**Stewart Gilchrist**

In seguito ad una grave lesione alla schiena Stewart è riuscito a riprendersi completamente solo grazie ad una pratica intensiva di Astanga Vinyasa Mysore Yoga. La pratica di sadhana lo porta ad un'educazione intensiva di Yoga con maestri da tutto il mondo. Nel 2003 diventa maestro di Jivamukti ed è un maestro Yoga registrato con Yoga Alliance. Stewart insegna a Londra e conduce ritiri, workshop e training per insegnanti in tutto il mondo.

**Maciej Bielawski**

Maciej Bielawski, nato in Polonia, da oltre vent'anni in Italia, è un brillante e acuto studioso di varie tradizioni religiose e filosofiche, oltre che scrittore e pittore, autore di una quindicina di libri. Recentemente in Italia ha pubblicato la monografia Panikkar: Un uomo e il suo pensiero (Campo dei fiori, Fazi Editore, 2013) accompagnata dal blog Panikkar Sutra (<http://panikkarutra.blogspot.it>); per conoscere di più il suo pensiero e le sue opere si può visitare il sito: www.maciejbielawski.com

**Selene Calloni**

Giovanissima parte per l'Oriente e trascorre sei anni tra gli eremitaggi buddisti delle foreste e l'Oriental Yoga Academy di Colombo, Sri Lanka, coltivando la filosofia e i metodi naturali della tradizione orientale. Successivamente si laurea in psicologia con una tesi sullo Yoga Integrale di Sri Aurobindo. È autrice di numerosi libri sullo Yoga e sullo Sciamanismo, tra i quali: "Iniziazione allo Yoga Sciamanico" (ed. Mediterranee) un saggio straordinario sullo Yoga più antico ed esoterico. Fonda il movimento dello Yoga Sciamanico che vanta oggi numerosi allievi. www.nonterapia.ch

**Elena De Martin**

Elena incontra l'Ashtanga Yoga nel '99. I primi anni studia e lavora con Lino Miele; dal 2001 si reca in India per studiare alla sorgente e dal 2005 inizia uno studio costante a Mysore con Sri K. Pattabhi Jois, fermandosi per un anno sabbatico con il figlio tra il 2007 e 2008; studia sanscrito, scritture indiane e chanting con Jayashree & Narasimhan, eccellenti maestri indiani di tradizione brahminica. Continua il suo studio con R.Sharath Jois, nipote di Guruji e suo successore. www.ashtanga-yoga.it

**Igor Olivier Ezendam**

Igor Olivier Ezendam è uno specialista e performer di canto armonico, in grado di produrre una scala incredibile di 11 armonici chiari nella sua voce. Igor si accompagna con didgeridoo, percussioni, shrutibox, campane tibetane e strumenti a corde. Il suo repertorio vocale è anche ispirato dal soul, dal canto sciamanico, dal blues, dal canto gutturale tibetano e mantra sufi; così come dai suoni etnici. Autodidatta scopre il didgeridoo australiano dal quale sviluppa un nuovo strumento musicale: il "Corno Circolare". Attualmente vive ed insegna in Ticino, Svizzera. www.feelingsound.com

**Massimiliano Finazzer Flory**

Massimiliano Finazzer Flory, autore e attore di teatro, performer. Esordisce come attore in ambito teatrale al Piccolo Teatro Studio di Milano. I suoi spettacoli sono stati rappresentati in tutto il mondo. I suoi format coniugano filosofia, letteratura e danza contemporanea come un unico evento. Vive e lavora tra Milano e New York. www.finazzerflory.com

**Joythimayananda**

Swami Joythimayananda di origine indiana, ha appreso i principi dell'Ayurveda, la filosofia dello Yoga e le tecniche Ayurvediche, direttamente dai suoi Maestri in India. Dall'Italia Swami dirige i Centri Joytinat e vi cura l'insegnamento. Joythimayananda prepara personalmente integratori alimentari erboristici Ayurvedici e prodotti per il massaggio Ayurvedico. Sono stati pubblicati diversi libri di Swami Joythimayananda nel mondo: "Abyangam - massaggio ayurvedico"; "Curarsi con l'Ayurveda"; "Thaimai - cura della Maternità secondo l'Ayurveda"; "Yoga"; "Nidan Chikitsa".
www.ayurveda-ashram.it



Roberto Milletti

Eletto dalla rivista "OM Yoga Magazine UK" come uno dei tre leaders mondiali in nuove forme di Yoga è fondatore di Odaka | Yoga Contemporaneo®, uno stile di Yoga innovativo che trova ispirazione dall'osservazione del moto dell'oceano. Nella fusione del Bushido (la via del guerriero) lo zen e lo Yoga, sono espressi fisicamente i principi di trasformazione, adattabilità e forza interiore. Durante le sue lezioni, questa "forza liquida", dona agli studenti l'opportunità di scoprire e trasformare sé stessi. Negli ultimi anni Roberto ha diffuso il suo messaggio in Europa e nel mondo. www.odaka.it



Nadeshwari

Nadeshwari Joythimayananda è nata in Sri Lanka ed è cresciuta in Italia. Ha acquisito la conoscenza dell'Ayurveda e dello Yoga in quanto tradizione di famiglia sotto la guida di suo padre Vaidya Swami Jothimayananda. La sua esperienza come danzatrice unisce i saperi antichi del Tantra Yoga; la sequenza Sacred Shapes, un linguaggio di simboli sacri per sperimentare le energie del corpo e della voce; lo studio della mente e le sue strategie di sopravvivenza con Expand the Box. <http://danzaladea.blogspot.it/>



Nirava Dainotto

Nirava Dainotto, conduce da più di 15 anni il training neosciamanico di cui è formatrice. La sua vita è condividere le pratiche e le discipline per il risveglio della consapevolezza. Il suo campo d'azione sono le discipline naturali in particolare la via sciamanica e il percorso ispirato al lavoro di Osho. Conduce rituali e gruppi di formazione di Trance Dance, Soul Hunting, Viaggio Sciamanico, Riti di passaggio. www.nirava.org



Nitya & Ninad

Nitya & Ninad sono ricercatori da vent'anni. Si sono incontrati grazie al maestro Osho e al comune amore per la Verità, la Bellezza ed il Divino. Con i loro eventi di Mantra Singing e i loro cd introducono in modo originale molti amici alla pratica del canto di mantra, fondendo la meditazione con la musica. www.mantrasinging.it



Lorena Pajalunga

Diplomata presso la Bihar School Di Swami Satyananda Saraswati e successivamente presso la Federazione Italiana Yoga si è specializzata nell'insegnamento dello Yoga ai bambini. Laureata in Scienze dell'Educazione presso l'Università degli Studi di Milano Bicocca, conduce presso la stessa Università i laboratori di Yoga che vengono proposti agli allievi di Scienze della Formazione Primaria. È presidente dell'Associazione Italiana Yoga Bambini (A.I.Y.B.). www.aiyb.it



Perumal Koshy

La carriera didattica di Perumal Koshy inizia sotto la guida del suo maestro di Kung-Fu negli anni dell'adolescenza vissuta a Los Angeles. Dopo 10 anni di arti marziali un maestro Yoga lo avvicina: "Tu insegnerai Yoga" disse il maestro. Questo fu l'inizio del percorso di Perumal nel mondo dello Yoga passando dalla sua originale disciplina. Un percorso che lo ha portato dall'Asia agli Stati Uniti ed all'Europa e dal quale è stato in grado di trovare l'essenza ed i benefici delle varie forme e stili dello Yoga permettendogli di sviluppare il "Dynamic Progressive Fusion Yoga". www.yogawithperumal.tv



Christiane Piano

Quando Christiane incontra lo Yoga grazie a un video di Baron Baptiste ignora che quello sarebbe stato l'inizio di un grande viaggio. Christiane insegna Yoga dal 2005 decide quindi di seguire i workshop di Baron Baptiste che la portano alla certificazione di istruttrice nell'ottobre del 2010. Grazie al suo ruolo di ambasciatrice italiana per il progetto Africa Yoga Project il messaggio di Christiane si è inserito in un contesto globale. Piano è determinata a portare avanti lo spirito dello Yoga per una comunità e a espandere a livello globale la sua impronta. www.breathecomo.com



Sujith Ravindran

Sujith Ravindran è un rinomato autore internazionale e maestro delle scienze spirituali dell'India. Supporta individui e gruppi nel raggiungere la leadership personale. È stato nominato Ambasciatore onorario di Pace nel Mondo. Voce leader in piattaforme spirituali in tutto il mondo, spesso è chiamato a supportare leader politici e manager. È autore di 'MATURITÀ MASCHILE: le sacre verità che guidano l'uomo a realizzarsi nella vita, in amore e nel lavoro' un testo profondamente innovativo sia per uomini che per donne. <http://sujithravindran.com>



Savita

Geza M. Timcak è un tutor Yoga ed un facilitatore del respiro olografico certificato. Negli ultimi decenni ha tenuto corsi di Yoga e sviluppo del potenziale umano attraverso l'Europa. È autore di vari libri e scritti sullo Yoga. Ivo Sedlacek si è diplomato all'Accademia di Musica di Praga e poi ha studiato musica classica in India per molti anni. La sua pratica di Yoga aiuta le persone a raggiungere il loro risveglio spirituale attraverso l'effetto curativo della musica. Conduce workshops su mantra, musicoterapia e sviluppo personale, così come concerti live (Mystical Violin). www.savitayoga.com



Eyal Shifroni

Eyal Shifroni pratica Yoga dal 1978 e insegna Iyengar Yoga dal 1985. In quanto Senior Teacher, dirige un centro Yoga a Zichron-Ya'akov (Israele) e conduce workshop in Europa e nel mondo. Eyal ha pubblicato il libro "Una sedia per lo Yoga - Guida completa alla pratica di Iyengar con l'aiuto della sedia", ha scritto molti articoli sullo Yoga e tradotto due testi di B.K.S. Iyengar in ebraico. www.achairforyoga.com



Benedetta Spada

Benedetta Spada nasce a Milano. Durante gli anni dell'università riscopre attraverso lo Yoga una via nuova di comunicazione e terapia. Sono molte le esperienze fatte ma l'incontro più significativo è stato quello con Sharon Gannon (Jivamukti). Benedetta tiene un piccolo spazio Yoga e benessere sulle frequenze di Radio Montecarlo, da qualche anno collabora con Tv private promuovendo uno Yoga per tutti. Collabora come giornalista per Yoga Journal e altre testate nel settore viaggi e benessere, autrice di "Yoga in viaggio" (Efis editore) "Yoga dinamico facile", "Agenda Yoga". www.benedettaspada.com



Clemi Tedeschi

Docente di scuola primaria dal 1978 e di Yoga dal 1986. Conduce classi per adulti e sperimenta percorsi con bambini, adolescenti e disabili. Nel 1997 fonda l'Ass. Culturale L'Aura. Scrive "Piccolo Yoga" nel 2002. Si occupa di formazione insegnanti, nell'ambito dell'età evolutiva e della disabilità in collaborazione con varie scuole di Yoga. Nel 2012 fonda AIPY e avvia i corsi di formazione "Yoga per crescere" e "Samatva Yoga L'Aura" di cui docente è responsabile didattica. Il suo mantra: l'insegnamento non è un titolo, è un'azione costante. www.aipy.it



Carolina Traverso

Psicologa e psicoterapeuta di orientamento cognitivo-costruttivista, Carolina Traverso si è formata all'insegnamento della mindfulness con Jon Kabat-Zinn e la sua équipe di collaboratori presso il Center for Mindfulness della University of Massachusetts Medical School. www.semplicementemindfulness.com



Willy Van Lysebeth

Figlio di André Van Lysebeth, pioniere della diffusione dello Yoga in Europa, Willy insegna dal 1970 e esercita anche la professione di psicoanalista (di bambini ed adulti). I suoi interessi clinici toccano lo sviluppo del pensiero, l'esperienza sensoriale, il dolore, il sogno e l'attenzione. Nello Yoga lavora su soffio, meditazione, rilassamento e pedagogia. Partecipa alla Scuola «AFY» di Milano con Antonio Nuzzo e Wanda Vanni. È segretario della Federazione Mediterranea Yoga. Ha pubblicato: «Yoga, al cuore dell'essere», Mursia, Milano (2011). Vive ed esercita a Bruxelles.



Simone Vanni

Simone Vanni, nato a Siracusa nel 1939, vive nel selvaggio Mugello insieme alla moglie ed al figlio. Laureato in Giurisprudenza, funzionario in pensione del Ministero di Grazia e Giustizia, si occupa da più di quarant'anni di ricerca spirituale. Simone, a cui il Maestro ha dato il nome di Atmananda, ha fondato Satyananda Mission, in onore del suo Guru.



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 nel Corso Quadrimestrale di Formazione "Tradizione André Van Lysebeth". www.mediterraneayoga.it



Daniel Villasenor

Daniel Villasenor è il fondatore del MogaDao Yoga, uno stile unico di Yoga basato sulla filosofia del Daoismo. Grazie alle esperienze in Cina negli anni 90, ha convogliato i classici esercizi medici qigong in una forma che ha chiamato Morning Medical Qigong. Dalla tradizione Iyengar Yoga ha incorporato la precisione della forma e l'allineamento negli asana. Dal sistema Ashtanga Yoga ha preso fluidità, respiro e forza. Dalla sua lunga malattia ha appreso che essere vulnerabili è inseparabile dall'essere colmi di potere. www.mogadaoyoga.com



Piero Vivarelli

Piero Vivarelli è stato iniziato allo Yoga nel 1994 da Gurumayi Chidvilasananda. L'amore per questo sentiero e per gli insegnamenti senza tempo di Gurumayi lo hanno portato a vivere in India dal 1997 al 2000. Sin dal 1996 studia Hatha Yoga direttamente sotto la guida di John Friend e con altri insegnanti Anusara, tra cui Desiree Rumbaugh. Nel 2005 ha ottenuto la Certificazione di insegnante Anusara Yoga. In Italia ha seguito i corsi del maestro Bruno Baleotti dedicato all'insegnamento del suo stile di Hatha Yoga, che con gratitudine Piero ama definire "Yoga Ninja". www.pierovivarelli.it

SCUOLE DI YOGA**AIPY (Associazione Italiana Pedagogia Yoga)**

Viale Dante 36/a, Pontoglio (BS) - Tel. 335 7892956
aipy.yogapercrecere@gmail.com - www.aipy.it

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. 0742 813620
anandayoga@ananda.it - nandini@ananda.it - www.anandayoga.it

ASSOCIAZIONE ARTÈ - Centro Ashtanga Rishi e Raja Yoga

Via Meda 25, Milano - Tel. 02 58113382
infoarteyoga@gmail.com - www.arteyoga.it

ASSOCIAZIONE CULTURALE SAHAJA YOGA MILANO

Via Gabro 6/a, Milano - Tel. 328 96426218
info@sahajayogamilano.it - www.sahajayogamilano.it

ASSOCIAZIONE IKYTA ITALIA

c/o Sat Nam Yoga Centre - Piazzale Nizza 5, Milano
Tel. 339 5392589 - 349 2403166 (Sat Sangat Kaur Milano)
segreteriaikyta@gmail.com - www.ikytaitalia.org

ASSOCIAZIONE LIGHT ON YOGA ITALIA - Metodo Iyengar

Via L. Fibonacci 27, Firenze - Tel. 055 674426
segreteria.loy@virgilio.it - www.iyengaryoga.it

ASSOCIAZIONE TATHATA DHARMA VRINDHAM ITALIA

c/o Dharma Sarani Via dei Pisoni 61, Roma - Tel. 333-1516785 / 339-6080061
info@tathatadharmavrindham.it www.tathatadharmavrindham.it

ASYA Associazione Studi Yoga e Ayurveda

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

BALIYOGA.it

Via Frua 8, Milano - Tel. 348 4015017
info@baliyoga.it - www.baliyoga.it

BEYOGA

Via Carlo Botta 8, Milano - Tel. 02 5465590
info@yogamood.it - www.beyogacenter.it

CENTRO DI MEDITAZIONE SRI CHINMOY

Via G.B. Moroni 29, Milano - Tel. 328 2487494 - 02 48376605
thegoldenshore@librimeditazione.it - www.srichinmoy.org/italiano
www.thegoldenshore.it

CENTRO ESSEREYOGA E BENESSERE ALASSIO

Via Neghelli 151 Allassio (SV) - Tel. 338 7397108
info@essereyogaebenessere.com - www.essereyogaebenessere.com

CENTROLISTICO

Via Marsala 69, Sesto San Giovanni - Tel. 02 89056325
info@centrolistico.it www.centrolistico.it

CENTRO STUDI BHAKTIVEDANTA

Via Gramsci 64, Pensacco (PI) - Tel. 0587 733730
segreteria@centrostudibhaktivedanta.org - www.centrostudibhaktivedanta.org

CENTRO STUDI YOGA

Via Borsi 3, Milano - Tel. 02 8358655
info@centrostudiyoga.it - www.centrostudiyoga.it

EFOA

MILANO - Corso di Porta Ticinese 107 - Tel. 02 36601405 - 393 9724116
corsi.milano@efoa.it - www.efoamilano.it
ROMA - Viale Eritrea 91 - Tel. 06 86326445/6 - 340 2947544
segreteria@efoa.it - www.efoa.it

GANESH

Via San Donà 26, Mestre (VE)
Via Giordano 152, Palermo (PA)
Tel. 340 63 51 729 - purusha.fabio@yahoo.it - www.fabiobasalisco.it

HARI-OM SSD ARL

Cascina Bellaria Reg. Boschi, Sezzadio (AL) - Tel. 345 0802388
elisa.francese@hari-om.it - www.hari-om.it

IL CERCHIO ONLUS

Via Dei Crollalanza 9, Milano - Tel. 02 8323652
cerchio@monasterozen.it - www.monasterozen.it

MONDÒ

Via Macedonio Melloni 28, Milano - Tel. 333 7251721
mondo@mondoyogamilano.it - www.mondoyogamilano.it

ODAKA YOGA TEACHERS - sede di Milano JustB!

Via Stradivari 4, Milano - Tel. 02 29533938
info@justb.it - www.justb.it/odakayogateachers

PREMA KRIYA YOGA

Via Olona 12, Milano - Tel. 366 3016416
premakriyayoga@gmail.com
www.premakriyayoga.com - www.weareessential.com

SAMADHI ANUKALANA YOGA

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

SANT BANI ASHRAM

Podere Val di Vita, Ribolla, Grosseto - Tel. 329 4643793
siriwahe@gmail.com - www.santbaniashram.it - www.siriosatsang.com

SATTVA STUDIO

Via Sangro 3, Milano - Tel. 338 1266316
info@sattvastudio.org - www.sattvastudio.org

SATYASVARA

Via Ormato 111, Milano - Tel. 329 8177878
roberto_liodori@yahoo.it - www.satyasvara.com

SELF-REALIZATION FELLOWSHIP

Via Antonio Maffi 7, Milano - Tel. 334 7746479
srf.centromilano@gmail.com - www.yogananda-sfr.org

TATHATA EDIZIONI

Via Vallenga 37/A, Castelnuovo di Porto, Roma - Tel. 331 9961919
info@tathataedizioni.it - www.tathataedizioni.it

THE GREAT YOGA WALL

Boulevard Pincare 30-31 - 1070 Brussel, Belgium - Tel. 0032 470242843
info@yogawall.eu - www.yogawall.eu

YOGA SADHANA

Via Malta 2, Livorno - Tel. 331 2341250
sadhanalivorno@gmail.com - www.sadhana.es

YOGARE c/o Atma Vichara Studio

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

MAESTRI INDIPENDENTI**MASSIMILIANO ESPOSITO**

Tel. 377 4950419 - maxyoga69@gmail.com - www.artetyoga.net

SARA BIGATTI

Tel. 335 6764297 - info@lasciammiayoga.com - www.lasciammiayoga.com

CENTRI OLISTICI**ACCADEMIA ITALIANA SHIATSU DO**

Via Settembrini 52, Milano - Tel. 02 29404011
segreteria@accademiashiatsudo.it - www.accademiashiatsudo.it

AIMA C.S.R.A.M. AYURVEDA

Scuola ayurveda e massaggio ayurvedico
Via Minturno 9, Milano - Tel. 338 6141980 - 02 25715109
aima.ayurveda@tiscali.it - www.il-massaggio.com

ALOHASI

Via delle Ville 2044, S. Pancrazio, Lucca - Tel. 348 3543096
info@alohasi.com - www.alohasi.com

ASSOCIAZIONE REFLESSOLOGI ZU

Piazza Duca D'Aosta 10, Milano - Tel. 02 66981911
info@arezu.org - www.arezu.org

AYURVEDIC POINT

Corso Sempione 63, Milano - Tel. 02 39265798 - 348 1568692
info@ayurvedicpoint.it - www.ayurvedicpoint.it

BLISS AYURVEDA ITALY

Via della Libertà 3, Boretto (RE) - Tel. 339 7203842
blissayurvedaitaly@yahoo.it - www.blissayurveda.it

CENTRO DEL BENESSERE

Via Pacini 46, Milano - Tel. 02 26681272
info@centrodelbenessere.it - www.centrodelbenessere.it

ELITROPIA ASD

Via Luciano Zuccoli 19, Milano - Tel. 348 68345555
caterina@elitropia.com - www.elitropia.com

EMF BALANCING TECHNIQUE

Via Cà di Ferro 2 6648 Minusi (Svizzera) - Tel. 335 6668667
peppi.pollo@tin.it - www.emfbalancingtechnique.com

FEELING SOUND

Riva Lago Olivella 12, Vico Morcote (Svizzera)
Tel +41 91 980 25 88 / +41 76 478 83 08
info@feelingsound.com www.feelingsound.weebly.com

JACARANDA MUSICA

www.jacarandamusica.net

MAHARISHI

Viale Dell'Industria 53, Caldiero (VR) - Tel. 045 8980814
info@mapitalia.com - www.mapitalia.com

MONIKA PAUL

Via Bettini 5, Sasso Marconi (BO) - Tel. 348 8972254
musicoterapialarpa@tiscali.it - www.it.scuola-minerva.com

NATURAL BODYWORK

Via delle Madonne 6, Castiglione Olona - Tel. 347 9019795
info@massaggionaturale.it - www.massaggionaturale.it

PROFESSIONISTI DEL METODO GRINBERG MILANO

Via Melchiorre Gioia 71, Milano - Tel. 02 72094874 - 320 4573960
info@pmgmilano.com - www.pmgmilano.com

SATYA

Corso Sempione 63, Milano - Tel. 02 39265798 - 348 1568692
info@satyapoint.it - www.satyapoint.it

SCUOLA AUMSHANTI AYURVEDA EYOGA

Via Rezia 1, (angolo Via Friuli I), Milano - Tel. 339 4287428
info@aumshanti.it - www.aumshanti.it

SCUOLA TAO

Viale Monza 16, c/o Corte Regina srl, Milano - Tel. 380 1491893
infomilano@scuolatao.com - www.scuolatao.com

SILVIO CREPALDI

Via S. Mirocle 6, Milano - Tel. 340 4839528
riflessologia.milano@libero.it

S.I.R.F.A.

Via Volvinio 22, Milano - Tel. 02 92887290
infosirfa@gmail.com - www.sirfa-riflessologie.it

SPAZIOLIFE

Via Pomponazzi 4, Milano - Tel. 366 3147937
info@spaziolife.it - www.spaziolife.it

TANGOOLISTICO

Via Lambrate 11, Milano - Tel. 338 4777871
tt@tangoterapia.it - www.tangoolistico.com

ZOEOLISTIC STUDIO

Via Maestri Campionesi 26, Milano - Tel. 02 39440752
zoeolistic@zoeolistic.it - www.zoeolistic.it

EMPORIO YOGA

AQUARIUSCOM

Via Fontana 43, Sasso Marconi (BO) - Tel. 051 6750148
info@aquariuscom.it - www.aquariuscom.it

AZIENDA SAMSARA JAPAMALA

Strada Fontanini 99, Gaione, (PR) - Tel. 335 6157265
info@samsarawell.com - www.samsarawell.com/japamala

BLISS BEAT YOGA WORLD

Cascina Bellaria, Località Boschi 47, Sezzadio (AL)
Tel. 327 1671249 - 339 8858143
info@blissbeatshop.com - www.blissbeatshop.com

CONSORZIO NATURA E ALIMENTA

Via Circonvallazione 4, Agliè (TO) - Tel. 366 7214788
raffaella.mellano@tiscali.it - www.naturaealimenta.it

CRE-ARMONY

Piazza San Giovanni 10, Fondo (TN) - Tel. 0463 831420
info@cre-armony.it - www.cre-armony.it

DHARMA CREATIONS SAGL

Via Cà di Fello 2, Minusio (Svizzera) - Tel. 0041 792578960
gianpasqua.danesi@bwewin.ch

FULL - POINT

Via Vallina Orticella 24, Borso di Grappa (TV) - Tel. 0423 910875
full-point@fullpoint.it - www.full-point.it

GHE PEL LING

Via Euclide 17, Milano - Tel. 02 2576015
gpling@gpling.org - www.gpling.org

HARIOM INTERNATIONAL

L.S. Nagar, Naya Khera, AmbaBari, Jaipur 302012 (Raj) India B-76
Tel. 331 9545096 - r.sonudilip@gmail.com

INDIA WORLD

Via 5 Febbraio 136, Rep San Marino, RN 47895
millenaria@tin.it - www.indiaworld.sm

INTENTO - LIT EDIZIONI

Via Isonzo 34, Roma - Tel. 06 8412007

MASHALAI

Via Sant'Anna 12, Cavezzo (MO) - Tel. 334 3209037
cinziabaraldi.mashalai@gmail.com - www.mashalai.it

MIM EDIZIONI SRL

Via Risorgimento 33, Sesto San Giovanni (MI) - Tel. 02 89403935
commerciale@mimesisedizioni.it - www.mimesisedizioni.it

MULADHARA YOGA

Viale Pedavena 35, Feltre (BL) - Tel. 345 8465215
bettaperer@libero.it - www.muladhara-yoga.com

NATURAL POINT

Via Pompeo Mariani 4, Milano - Tel. 02 27007247
cosmo@naturalpoint.it - www.naturalpoint.it

OM EDIZIONI

Via Badini 17, Quarto Inferiore (BO) - Tel. 051 768165 - 349-4210074
chiarim@isc.it - www.omedizioni.it

PETRIANO NATURA

Via Valle sn, Petriano (PU) - Tel. 328 9249721
info@petrianonatura.it - www.petrianonatura.it

PODERE SANTA BIANCA

Podere Santa Bianca 45, Pomarance (PI) - Tel. 335 7870549
gaiaschi.santabianca@gmail.com - www.stanta-bianca.it

PROSVETA EDIZIONI

Vocabolo Torre 103, Piegara (PG) - Tel. 075 8358498
prosveta@tin.it - www.prosveta.it

RENUDO

Loc. San Michele I, Casole D'Elsa (SI) - Tel. 0577 961021
info@renudo.it - www.renudo.it

REYOGA

Via Albertini 36 D/I, Ancona - Tel. 071 2868498
info@reyoga.it - www.reyoga.it

RINGANA

HERRENGASSE 1 - A-230 HARBERG AUSTRIA - Tel. 0039 3357870430
antonellajetti@hotmail.it - www.ringana.com/47377

SHAKTI MAT

Via Garofalo 4, Milano - Tel. 347 3414748
info@shakti-mat.it - www.shakti-mat.it

SPAZIOMUSA

Via Gian Carlo Rossi 74, Carpaneto P.no (PC) - Tel. 0523 853175
info@spaziomusa.com - www.spaziomusa.com

STARK-BODYFLYING

Via Donzineti 17/a, Alessandria - Tel. 333 6126920
info@stark-bodyflying.com - www.stark-bodyflying.com

SUPERPOLO

Tel. 02 89405749 - conizugna@superpolo.eu - www.superpolo.it

TRA CIELO E TERRA

Via Missaglia 21/a, Veggiano (PD) - Tel. 049 8256011 - 348 7469884
info@tracieloeterra.biz - www.tracieloeterra.biz

TUTTE LE SPEZIE DEL MONDO

Viale di Porta Vercellina 1, Milano - Tel. 347 1500813
info@tuttelespeziedelmondo.it - www.tuttelespeziedelmondo.it

WELLCIOUS

18-24 Westbourn Grove, W25RH, London - Tel. 044 2072213300
nbos@wellicious.com - www.wellicious.com

YOGAMASTI

Tel. 0044 7723423719 - info@yogamasti.com - www.yogamasti.com

YOGA TREE

Via Canova 18, Lugano (Svizzera) - Tel. +41912248134
info@yogatree.ch - www.yogatree.ch

EDITORI, RADIO, RIVISTE

YOGA JOURNAL www.yogajournal.it

L'ALTRA MEDICINA MAGAZINE www.laltramedicina.it

DBN MAGAZINE www.dbnnews.it

VITALITY TAO www.vitalitytao.com

NEW LIFE RADIO www.newliferadio.it

OM OLISTICMAP www.olisticmap.it

FUNNYVEGAN www.funnyvegan.com

NO PROFIT

ROSA PER LA VITA Onlus ad Orientamento Olistico
www.rosaperlavita.org

ASSOCIAZIONE FIOR DI LOTO www.associazionefiordiloto.it

ASSOCIAZIONE SUM - Stati Uniti del Mondo
www.associazionesum.it www.yogavitale.org

CIBO PER LA VITA www.ciboperlavita.org

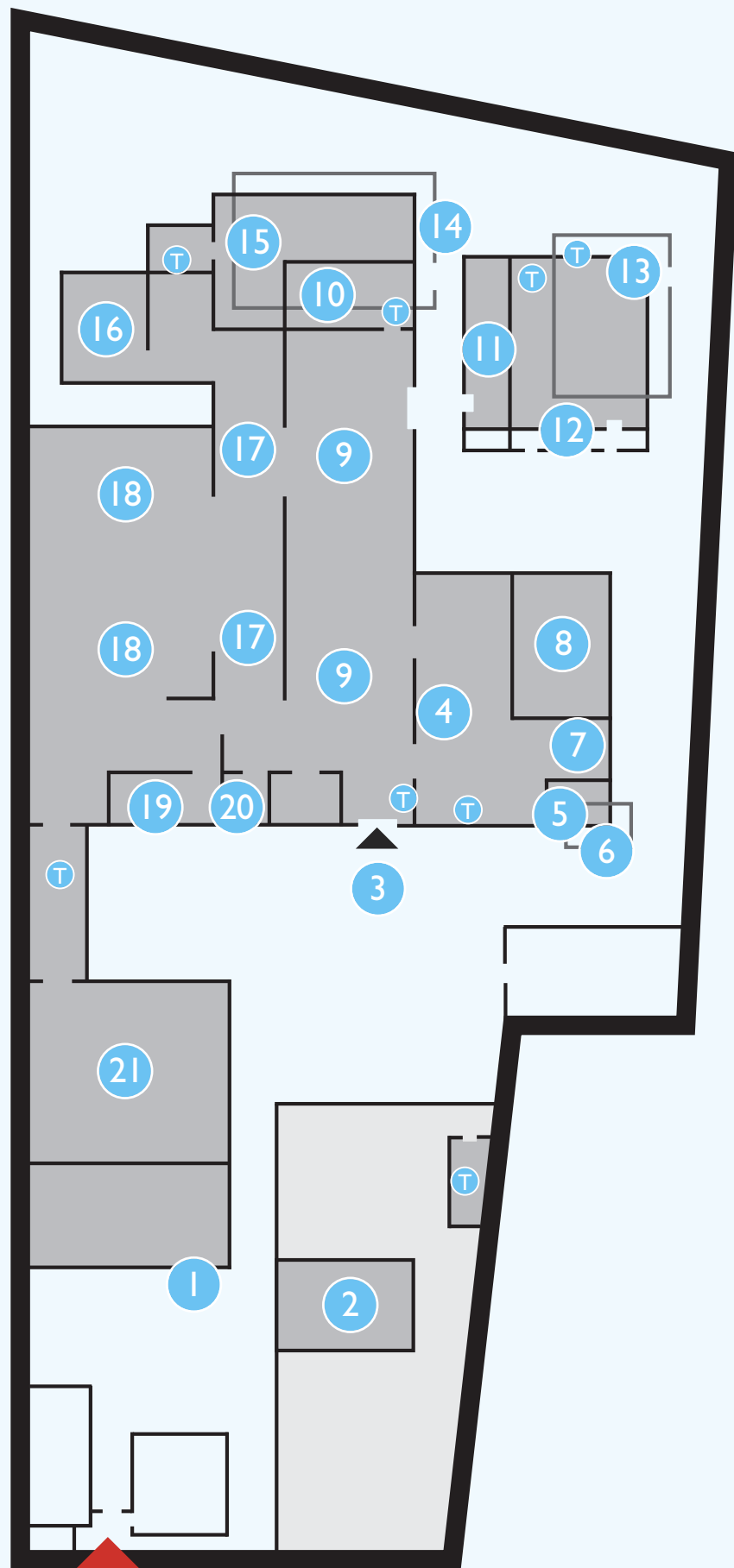
FREEYOGA www.freeyogaitalia.com

GREEN PEACE Onlus www.greenpeace.org

YOGAFESTIVAL | MILANO | LA MAPPA

ORARIO
INGRESSO
DALLE 09.30
ALLE 20.30

- 1 - ENTRATA E TESSERE
- 2 - SPAZIO MYSTIC DANCES
- 3 - INGRESSO E INFO POINT
- 4 - CASSE E RITIRO PRENOTAZIONI
- 5 - SPAZIO BIMBI
- 6 - CASA YOGA
- 7 - SPAZIO YOGA JOURNAL
- 8 - FREE CLASS MANDALA
- 9 - AREA SCUOLE
- 10 - FREE CLASS YANTRA
- 11 - LABORATORIO DI CUCINA
- 12 - SALA 1
- 13 - SALA 2 (PRIMO PIANO)
- 14 - SPAZIO OM (BASEMENT)
- 15 - RISTOBIO
- 16 - SALA CONFERENZE
- 17 - EMPORIO
- 18 - SPAZIO OLIS AYURVEDA
- 19 - SALA OLIS
- 20 - YOGA JUICE
- 21 - SALA 3
- T - TOILETTE



ENTRATA
VIA TORTONA 27



YOGAFESTIVAL

Con il patrocinio di Partners

Media Partners



ORGANYC



SUPERSTUDIO GROUP

SOYJOY

DEVA



Prouamel

yoga

