con
Laura Voltolina

IL FASCINO DEGLI DEI

PRATICA E NARRAZIONE DEI MITI LEGATI ALLO YOGA

DOMENICA 14 APRILE ore 10:00 - 18:00
PADOVA

Cosa c'entrano i **miti** con lo **Yoga**?
C'entrano eccome! Questo seminario ci farà scoprire i **miti nel Corpo** (sì, Corpo con la maiuscola...)
Trovare i miti nel Corpo è conoscere, attraverso la narrazione, l'incanto delle storie che sottendono le Asana (= posizioni dello Yoga): questo approccio rende la **pratica somatica** (= basata sul sentire personale, in cui il Corpo è centrale) ancora **più potente, ricca e profonda**.
Sentire i miti prendere vita nelle Asana risveglia energie ancestrali sopite: quella saggezza intrinsecache conduce all'autentica connessione ad ogni essere vivente e al nostro Sè.
Pronti a sperimentare?

A chi è destinato l'incontro?

Il seminario è aperto a **tutti i livelli di esperienza e non è necessario avere alcuna pratica pregressa di Yoga** ma solo la voglia di esplorare e sperimentare, vista la qualità **esperienziale** dell'approccio.

Ottimo **approfondimento per insegnanti di Yoga**, per dare alla propria pratica profondità e arricchire le proprie proposte con sfumature interessanti.
L'esperienza assumerà certamente sfumature e significati diversi in ciascun partecipante, che diventeranno interessanti spunti di approfondimento personale.
Esploriamo!

Cosa faremo?

- Narrazione delle storie e dei miti alla base delle asana
- Pratica di asana, potenziata dalla narrazione e dalla respirazione consapevole
- Elementi di anatomia esperienziale
- Visualizzazioni e meditazione

La pausa pranzo, indicativamente tra le 13:30 e le 15:00, sarà uno spazio di ulteriore condivisione del cibo tra i partecipanti che vorranno fermarsi presso la struttura

Dove saremo?

Presso **La Casa Azzurra** in via Anconitano 1, zona Guizza a **Padova.**

Quanto costa?

Il seminario costa 60 euro ed è destinato agli associati di KeYoga ASD.

Come iscriversi?

Prima di effettuare il versamento, **contattaci** via email (laura@keyoga.it) per verificare che ci siano ancora posti disponibili. Versare la quota intera sul conto Banca: BPER sede Padova, Intestatario: KeYoga ASD IBAN: IT42K0538712100000002632730, Causale: nome e cognome del partecipante+ritiro di riferimento. L'invio del bonifico comporta l'accettazione della **policy di cancellazione**: per cancellazioni entro 30 giorni dalla data di inizio la quota verrà rimborsata solo se altri partecipanti rimpiazzeranno il rinunciante. Per cancellazioni successive la quota non verrà rimborsata. L'Associazione KeYoga ASD provvederà a consegnare regolare ricevuta il giorno del corso.

Per favorire la buona qualità dell'esperienza il numero di posti è limitato

LAURA VOLTOLINA - 18 anni di esperienza nell'insegnamento dello Yoga, diplomata alla Scuola Quadriennale Insegnanti Yoga Ratna con Gabriella Cella, specializzata in integrazione posturale e riabilitazione perineale, ha conseguito il Master in Anatomia Esperienziale con Jader Tolja. Oltre ai corsi di Yoga per tutti, guida da anni proposte specifiche dedicate a gestanti, apneisti, atleti e psicologi, corsi speciali totalmente dedicati a persone affette Sclerosi Multipla, ha portato lo Yoga in Comunità terapeutiche per il recupero da dipendenze e all'interno dei dipartimenti per i Disturbi del Comportamento Alimentare. Conduce da sempre workshops e ritiri di Yoga in Italia e all'estero. Ha sviluppato un approccio inconsueto: infatti la sua proposta unisce l'evocazione del mito, dell'archetipo e del simbolo a un lavoro corporeo sapiente, preciso e somatico.