

con  
**Laura Voltolina**

# LEZIONE SPECIALE YOGA & MITOLOGIA

## Il potere del Serpente: incontro a nuove energie

Scopriremo assieme i **miti nel Corpo**, con la maiuscola, le **storie di rinascita** e quello che, incarnandole, ci vogliono rivelare sulla nostra **qualità di movimento e di quiete**. Lo faremo

**Lunedì 5 giugno 19:30-21:30**

### A chi è destinato l'incontro?

La masterclass è aperta a **tutti i livelli di esperienza e non è necessario avere alcuna pratica pregressa di Yoga** ma è importante la voglia di esplorare e sperimentare.

**L'approccio esperienziale permette a tutti, anche ai partecipanti più esperti, di sorprendersi e di trovare spunti interessanti.**

### Cosa faremo?

- Pratica di asana e narrazione dei Miti di Rinascita, per accedere alla saggezza corporea;
- Esplorazione della respirazione consapevole
- Elementi di anatomia esperienziale
- Visualizzazioni e meditazione

### Dove?

Margotlab APS, Bologna,  
Galleria Falcone e Borsellino 1/B

### Quanto costa?

L'incontro è destinato agli associati di Margot Lab (AICS). Il contributo di partecipazione è di 40 euro e comprende la quota associativa.

### Come iscriversi?

Le iscrizioni devono essere effettuate **entro sabato 3 giugno**. Il contributo di partecipazione va versato a Margotlab contattando il 329 8191307 [info@margotlab.it](mailto:info@margotlab.it).  
IBAN:  
IT55P0707202409000000727607. L'iscrizione può essere effettuata anche tramite Satispay. La quota non è rimborsabile.

**LAURA VOLTOLINA** - 22 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.

