

# LA SAGGEZZA DEL RESPIRO

**TERZO**  
APPUNTAMENTO  
DEL CICLO  
DI INCONTRI

"Il Linguaggio  
Segreto  
del Corpo"

"LA VITA È  
IL MONDO  
DEL RESPIRO"

W. Shakespeare



SEMINARIO CON LAURA VOLTOLINA

il seminario si svolgerà  
**domenica**  
**8 marzo 2015**  
ore 10.00 - 18.00

Presso **KeRoBa**, via Caossea 90  
**MONTEGROTTO T. (PD)**

Posti limitati

**Info: 349 105 2489**  
**www.keyoga.it - laura@keyoga.it**

# LA SAGGEZZA DEL RESPIRO

Terzo appuntamento del ciclo *Il Linguaggio Segreto del Corpo*, La Saggezza del Respiro – percorso Yoga ci porta a *sperimentare il Respiro ovunque nel Corpo*, a contattare l'equilibrio tra interno ed esterno, conscio e inconscio, tra funzioni volontarie e involontarie.

Il respiro diventa Maestro e ci permette di integrare tutti i livelli della nostra esperienza personale, rivelandosi l'espressione più profonda della vita nella sua gioiosa potenza. *È un percorso completamente esperienziale e non sono richieste abilità pregresse: per partecipare bastano la voglia di mettersi in cammino e la curiosità di esplorarsi!*

La partecipazione è appropriata per chiunque senta la curiosità o l'urgenza di accedere a una consapevolezza profonda, chi vuole sperimentare l'integrità attraverso il Corpo, in particolare anche a insegnanti e praticanti di Yoga, atleti e professionisti del lavoro corporeo.

## Contenuti specifici del corso:

- Asana (posizioni), movimenti e respirazioni per favorire la consapevolezza corporea
- Percezione e visualizzazione dei canali energetici
- Approfondimento della mitologia e degli archetipi corporei

Laura Voltolina

*Specializzata alla Scuola quadriennale per Insegnanti Yoga Ratna, tradizione in cui le tecniche corporee sono arricchite con l'approfondimento degli aspetti simbolici.*

*Continua lo studio della simbologia, della filosofia e della psicologia; è specializzata in posturologia.*

*Da anni tiene seminari di approfondimento esperienziale su tematiche specifiche e corsi.*

"LA VITA È  
IL MONDO  
DEL RESPIRO"

W. Shakespeare



POSTI LIMITATI. Info e prenotazioni:  
[www.keyyoga.it](http://www.keyyoga.it) - 349 1052489 - [laura@keyyoga.it](mailto:laura@keyyoga.it)