

con Laura Voltolina

# ***L'arte dell'equilibrio***

## **Percorso integrato di yoga somatico & mitologia**



**Il percorso è aperto a tutti i livelli di esperienza ed è perfetto per chi ha curiosità di approfondire, divertendosi.**

**La partecipazione è riservata agli associati a KeYoga ASD.**

**Il contributo di partecipazione al percorso è di 100€ per 4 incontri.**

**Il percorso integrato Yoga somatico & Mitologia: l'Arte dell'equilibrio, può essere seguito:**

**IN DIRETTA - 4 martedì dal 5 maggio 2026, 20:0-21:00.**

**REGISTRAZIONI - ogni incontro è registrato e le registrazioni saranno a disposizione per un'intera settimana.**

**in questo modo, anche chi segue le dirette ha modo di approfondire i passaggi che sono risultati più interessanti.**

**Si tratta di un lavoro prezioso e trasformativo!**

### **Come iscriversi?**

- 1. Verifica di avere una connessione internet stabile;**
- 2. Fai un account gratuito sulla piattaforma Zoom**
- 3. Effettua il versamento della quota relativa sull'IBAN: IT42K0538712100000002632730, (conto corrente dell'associazione KeYoga ASD), indicando in causale: Nome, cognome, Yoga e Mitologia**
- 3. Manda una email a [laura@keyoga.it](mailto:laura@keyoga.it) indicando allegando la distinta del bonifico,**
- 4. Il giorno dell'incontro, controlla bene le email: troverai il link a cui collegarti per il nostro incontro!**

**LAURA VOLTOLINA** 26 anni di esperienza nell'insegnamento dello Yoga, conduce da sempre workshops e ritiri di Yoga in Italia e all'estero, in presenza e online, creando percorsi unici che intrecciano yoga, mitologie del mondo ed embodiment: accompagna persone curiose a ritrovare i pezzi di sé che permettono scelte più chiare e azioni più efficaci. Ha realizzato percorsi specifici per situazioni complesse: sclerosi multipla, disturbi alimentari, dipendenze, contesti carcerari e progetti di cooperazione internazionale. È autrice del podcast 'Semi di calma per momenti burrascosi'.

Il suo primo libro, 'Kathmandu: come realizzare due sogni perduti in dieci mosse' è disponibile in vendita negli stores e in regalo alle iscritte alla sua newsletter.

