



YOGAFESTIVAL IN TOUR

1 | 2 aprile 2017 - dalle 10 alle 22

all'interno del Wellness Food festival - Fiera di Cesena

due giorni di classi di Yoga gratuite aperte a tutti

Le lezioni si svolgeranno nell'Area YOGA.
Posti limitati, tappetini in affitto gratuito, spogliatoi per i partecipanti.

SABATO 1 APRILE

| ORARIO | SCUOLA | TITOLO |
|---------------|--|--|
| 10.30 - 11.15 | TriYoga® Kateryna Bilyk Rimini | Il flusso dell'energia dell'acqua che libera la schiena |
| 11.20 - 12.05 | Ashtanga Yoga Riccione | I fondamentali nell'Ashtanga yoga |
| 12.10 - 12.55 | Centro Dharma Faenza | Yoga e Shiatsu per la consapevolezza nella vita quotidiana |
| 13.00 - 13.45 | Light on Yoga - Ass. Italiana Iyengar® Yoga | Pratica di Iyengar® Yoga |
| 13.45 - 14.45 | PAUSA PRANZO | |
| 14.45 - 15.30 | Centro Yoga Nataraja Forlì e Gruppo Danza Forlimpopoli | Conoscere il corpo e le sue potenzialità : stabilità, equilibrio, leggerezza |
| 15.35 - 16.20 | Associazione Garuda ASD Cesena | Armonia tra cielo e terra |
| 16.25 - 17.10 | Yoga Shakti Ravenna | Praticare Yoga applicando i principi della forza di gravità, decontrazione articolare e respiro consapevole. |
| 17.15 - 18.00 | Centro Namaste Villa Verrucchio | Yoga della Risata |

DOMENICA 2 APRILE

| ORARIO | SCUOLA | TITOLO |
|---------------|-------------------------------------|---|
| 10.30 - 11.15 | Associazione Ben..Essere Cesenatico | Pratica di Yoga Kundalini |
| 11.20 - 12.05 | Istituto Atman Yoga Cesena | Pratica di Yoga Jyotim |
| 12.10 - 12.55 | Centro Yoga Suryachandra Forlì | Fisiologia e pratica della respirazione consapevole |
| 13.00 - 13.45 | Eifis Editore Cervia | Lo yoga del cuore |
| 13.45 - 14.45 | PAUSA PRANZO | |
| 14.45 - 15.30 | Yoga Om ASD | Calarsi dentro al corpo |
| 15.35 - 16.20 | Arya ASD Fusignano | Gentili con noi stessi |
| 16.25 - 17.10 | Associazione Il richiamo Savignano | Yoga bimbi |
| 17.15 - 18.00 | Centro Namaste Villa Verrucchio | Yoga della Risata |