

Vivi Yoga è per te

Per ritrovare, mantenere e accrescere il tuo benessere:
vieni a conoscere il mondo dello yoga a Rimini dal 5 al 7 maggio

A cura Dharma Kaur (Anna Santoro) e Giorgio Gustavo Rosso fondatori del progetto Le Vie del Dharma, collana editoriale, sito web, centro yoga

A Rimini dal 5 al 7 maggio 2017 si svolgerà il più importante e completo incontro di yoga realizzato in Romagna. Infatti, grazie a questa iniziativa del centro *Le Vie del Dharma* di Cesena, in collaborazione con Macro all'evento **Vivi Yoga** saranno presenti molti tra i migliori insegnanti di yoga italiani.

Lo yoga: una pratica antica per l'uomo moderno

Lo yoga ci trasmette una saggezza antica, che arriva da epoche in cui gli esseri umani erano in totale contatto con la propria essenza. Chi assume posizioni frutto di conoscenze senza tempo, esegue importanti tecniche respiratorie, recita mantra e suoni preziosi, può ottenere uno stato di equilibrio psicofisico notevole, che non lascia indietro nulla di ciò che caratterizza un essere umano integrato.

Grazie a questo, e a molto altro, lo yoga sta assumendo un'importanza sempre maggiore per milioni di italiani, che lo utilizzano quotidianamente per fronteggiare al meglio le innumerevoli sfide che la vita di oggi ci presenta.

Vieni a Vivi Yoga con tutta la famiglia

Vivi Yoga è un incontro rivolto in modo speciale alle famiglie perché lo yoga è per tutti, e tutti possono fare yoga, a tutte le età.

Fare gli esercizi di yoga porta pace dentro di te, mette in equilibrio la testa con il cuore, rende il tuo corpo più sano e flessibile, più forte e bello.

A **Vivi Yoga** potrai praticare con alcuni dei migliori e più conosciuti insegnanti italiani di questo momento, esplorare molte tradizioni, dallo yoga di Yogananda, all'Hatha yoga tradizionale e all'Ashtanga, dal Kundalini di Yogi Bhajan, allo Yoga kashmiro di Eric Baret e molto altro ancora. Per i tuoi bimbi troverai un'incredibile proposta di divertenti incontri di yoga dedicati a loro, sotto l'esperta supervisione di Clemi Tedeschi, autrice del libro *Piccolo Yoga*. Ti proponiamo tanti percorsi diversi secondo l'intento indicato dal nome del nostro progetto Le Vie del Dharma. Noi di Le vie del Dharma siamo consapevoli dell'importanza evolutiva che lo yoga ha per ognuno di noi, di come può aiutarci singolarmente a fronteggiare al meglio le innumerevoli sfide che la vita di oggi ci regala, che sono davvero tante.



La Romagna è una regione all'avanguardia in tanti settori e vogliamo che lo sia anche per lo yoga, affinché sempre più persone possano godere dei meravigliosi effetti di salute, pace e felicità che la sua pratica concede.

Questa festa dello yoga è rivolta in particolare alle famiglie come la tua: ti aspettiamo, non perdere questa occasione unica perché, ricorda, lo yoga è per tutti! Per te, i tuoi bimbi, i tuoi genitori, per quell'amico disabile.

Abbandona le immagini di ginnasti in pose complicate e impossibili, vieni a scoprire che ognuno può essere uno yogi o una yogini, dipende solo da quanto apri il tuo cuore, da quanto sei disponibile all'esperienza. Ti aspettiamo!

Vivi Yoga

Masterclass, Workshop e Piccolo Yoga
5-7 maggio 2017, Rimini, Palacongressi
Info per prenotazioni e biglietti bit.ly/ViviB17



vivi benessere
nutrire il corpo, la mente e lo spirito