

EVENTI



Yoga Experience	Creazzo	6/7/8 dicembre 2020	Team Yoga Experience
Hot Yoga Therapy	Roma	19 Ottobre 2019	Team Hot Yoga Therapy
Hot Yoga Therapy	Padova	20 Ottobre 2019	Team Hot Yoga Therapy

EVENTI

E

Yoga Experience

Yoga Experience è un evento unico, un'esperienza yogica completa, un momento di crescita personale, un'esperienza spirituale, un aggiornamento professionale. È un momento yogico completo in cui la teoria si mescola alla pratica, in cui si impara attraverso il corpo e si fatica con la mente, in cui si attiva l'organismo e si disattiva il pensiero.

Hot Yoga Day

Una giornata dedicata ad approfondimenti monotematici dello yoga, in cui verranno svolte delle master utili ad avere una nuova visione della disciplina e nuovi spunti per la pratica

Vinyoga



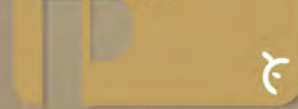
Hot Yoga Therapy



Functional Yoga



Postural Yoga Therapy



POWER YOGA school



EVENTI



Yoga Experience
Via Jelenia Gora 4
48015 Milano Marittima (RA)
mail: yogaexperience@libero.it
tel: 331.83.65.600



Maestri:
Boris Bazzani
Roberto Bocchi
Steve Testolin

CALENDARIO CORSI YOGA Autunno-Inverno 2019 - 2020

CALENDARIO CORSI YOGA Autunno-Inverno 2019 - 2020

Hot Yoga Therapy



HOT YOGA THERAPY - Milano Marittima (RA)

1° ANNO

Dal 03 al 12 Luglio 2020
24/25 Ottobre 2020
14/15 Novembre 2020

Boris Bazzani
Boris Bazzani
Boris Bazzani

Esami finali 5/6/7/8 Dicembre 2020 Creazzo

Hot Yoga Therapy

Yoga Experience



HOT YOGA THERAPY:

L'Hot Yoga Therapy è una forma di Yoga proposta in sale riscaldate a circa 38°. La caratteristica principale di questa forma di Yoga è appunto l'elevato calore della sala. La temperatura della sala si avvicina a quella del corpo in fase di guarigione da una malattia. Si induce un ambiente metabolico in grado di innescare processi di guarigione, cioè si velocizza il metabolismo e la reazione immunitaria del corpo aumentando la resistenza a fattori stressanti. L'Hot Yoga Therapy induce uno stato di meditazione in grado di evocare benefici emotivi e psicologici. Durante la lezione si suda copiosamente eliminando tossine e purificando il corpo. Le Asana sono presentate in maniera graduale approfittando dell'elevata temperatura per indurre il corpo a cedere senza sforzo.

Power Yoga School

Yoga Experience



POWER YOGA School

Gli argomenti, teorico-pratici, prevedono lo studio delle Asana, delle loro sequenze, delle correzioni, della meccaniche di respirazione, dei principi e della filosofia dello Yoga Vinyasa. Power Yoga è una forma vigorosa, divertente e varia di Yoga dinamico; è strutturato in sequenze dinamiche di lavoro, è sincronia tra respiro, movimento, armonia ed ascolto interiore, in moda da disciplinare la mente, forgiare il corpo e accedere alla calma ed alla gioia interiore.

POWER YOGA school



POWER YOGA - Padova e Bologna

1° ANNO - Bologna

18 Gennaio 2020 Steve Testolin
09 Febbraio 2020 Tiziana Checchi
19 Aprile 2020 Roberto Bocchi
10 Maggio 2020 Steve Testolin
06 Giugno 2020 Roberto Bocchi

2° ANNO - Padova

10 Novembre 2019 Steve Testolin
15 Dicembre 2019 Roberto Bocchi
19 Gennaio 2020 Steve Testolin
09 Febbraio 2020 Steve Testolin
10 Maggio 2020 Roberto Bocchi

3° E 4° ANNO - Padova

09 Novembre 2019 Steve Testolin
14 Dicembre 2019 Roberto Bocchi
08 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
04 Aprile 2020 Roberto Bocchi
09 Maggio 2020 Roberto Bocchi

Esami finali 20/21 Giugno Milano Marittima

POWER YOGA school



POWER YOGA - Torino

1° ANNO

25 Gennaio 2020 Roberto Bocchi
22 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
21 Marzo 2020 Steve Testolin
09 Maggio 2020 Steve Testolin
07 Giugno 2020 Roberto Bocchi

2° ANNO

09 Novembre 2019 Roberto Bocchi
26 Gennaio 2020 Roberto Bocchi
23 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
22 Marzo 2020 Steve Testolin
23 Maggio 2020 Roberto Bocchi

3° E 4° ANNO

10 Novembre 2019 Roberto Bocchi
21 Dicembre 2019 Roberto Bocchi
09 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
05 Aprile 2020 Roberto Bocchi
24 Maggio 2020 Roberto Bocchi

Esami finali 20/21 Giugno Milano Marittima

POWER YOGA school



POWER YOGA - Roma

1° ANNO

12 Gennaio 2020 Steve Testolin
02 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
15 Marzo 2020 Steve Testolin
19 Aprile 2020 Patricia Pasinotti
17 Maggio 2020 Roberto Bocchi

2° ANNO

01 Dicembre 2019 Roberto Bocchi
11 Gennaio 2020 Steve Testolin
16 Febbraio 2020 Patricia Pasinotti
14 Marzo 2020 Steve Testolin
16 Maggio 2020 Roberto Bocchi

3° E 4° ANNO

30 Novembre 2019 Roberto Bocchi
01 Febbraio 2020 Roberto Bocchi
21/22 Marzo 2020 Roberto Bocchi
18 Aprile 2020 Roberto Bocchi

Esami finali 20/21 Giugno Milano Marittima

POWER YOGA school



POWER YOGA - Cagliari

2° ANNO

25/26 Gennaio 2020 Steve Testolin
29 Febbraio 2020 Steve Testolin
01 Marzo 2020 Steve Testolin
18/19 Aprile 2020 Steve Testolin

Esami finali 20/21 Giugno Milano Marittima



Yoga Experience®