

# Figure femminili nello Yoga



sabato  
**11**  
maggio

**WANDA VANNI** SEMINARIO 1

Dal Dinamismo all'Immobilità

Orari: 9.30-12.30 • 15.00 -18.00

Centro Jothyoga Cortina d'Ampezzo



  
ASD  
Yoga Gauri

*La pratica delle tecniche dello Hatha Yoga, attivata dalle sequenze di asana, le fasi respiratorie, l'orientamento del processo mentale e il silenzio*

Il seminario si baserà sul processo di purificazione dello Hatha Yoga, attivato dalle sequenze di asana, dalle fasi respiratorie, dal pranayama, orientando così il processo mentale ed il silenzio verso una globale purificazione, rigenerazione e trasformazione.

Per informazioni e prenotazioni:

- Tel. +39 320 5748606
- E-mail: [jothyoga@gmail.com](mailto:jothyoga@gmail.com)

I seminari si tengono presso il Centro Jothyoga, a Cortina d'Ampezzo, in località Pian da Lago n. 1/A





[www.mediterraneyoga.org](http://www.mediterraneyoga.org)

## Wanda Vanni

Inizia il suo cammino nello Yoga nel 1966.

Frequenta il primo ISFIY organizzato dalla F.I.Y. e ne diventa insegnante.

Segue gli insegnamenti di grandi Maestri, quali : Swami Satchidananda, Sri Chidananda, Swami Satyananda di Monghir, T.K.V. Desiikachar, Dr. Bole, Dr. Garote, Swami Yogasvarupananda, Yogacharya Janakiraman di Bangalore. Si reca in India per incontrare Vimala Thakar, i cui insegnamenti segnano profondamente la sua vita e la sua ricerca. Ha seguito inoltre il messaggio di Gerard Blitz, Antonio Nuzzo, André e Willy Van Lysebeth.

Insegnante di Yoga della F.I.Y. dal 1977 e docente degli ISFIY della stessa, ha insegnato nelle Scuole di Formazione di Milano, Padova, Roma e Catania. E' stata membro del Consiglio Direttivo e del Comitato Pedagogico della F.I.Y. per oltre 10 anni.

Ha fondato nel Dicembre 2000 la Federazione Mediterranea Yoga, membro dell'Unione Europea di Yoga e Patrocinata dal Dipartimento di Discipline Umanistiche dell'Università di Catania, di cui è Presidente e membro della Commissione Pedagogica Federale. Ha inaugurato nel Gennaio 2001 il primo Corso Quadriennale di Formazione per Insegnanti di Yoga della F.M.Y. di cui è Docente e Direttrice Didattica.

Insegna a Catania, a Parigi, presso la Scuola di Formazione Van Lysebeth e Milano nel Corso di Formazione A.F.Y. "Tradizione André Van Lysebeth" e conduce Seminari di Yoga in Italia e all'estero.

## Figure femminili nello Yoga

Le Associazioni Jothyoga e Yoga Gauri organizzano un ciclo di seminari condotti dalle più importanti insegnate di Yoga italiane. Gli appuntamenti si articolano nell'arco di due anni: i primi tre da maggio a novembre 2019, cui ne seguiranno altrettanti nel 2020. Si tratta di insegnate donne, che hanno dato e continuano a dare un contributo fondamentale allo yoga. Sarà un percorso di esplorazione dallo Hatha Yoga più classico, che conduce il praticante verso un profondo processo di purificazione, a una pratica di yoga mirata al risveglio dell'energia femminile, spesso relegata in ambiti specifici, passando infine per lo Yoga Ratna (metodo ideato da Gabriella Cella) che, lavorando sulla potenza e sulla forza empatica del simbolo, porta alla luce qualcosa di molto prezioso, racchiuso, nascosto, qualcosa che l'essere umano a volte non riesce a far emergere. Le insegnate che avremo il piacere di ospitare a Cortina hanno saputo indirizzare il loro insegnamento, sempre attuale, verso un pubblico che è cambiato nei decenni. La loro è una testimonianza fondamentale per un cammino di realizzazione che interessa tutti, sia chi è già un praticante di yoga, sia chi se ne interessa per la prima volta.

“Lo yoga non è un antico mito sepolto nell'oblio. È l'eredità più preziosa del presente. È il bisogno essenziale dell'oggi e la cultura del domani.” Swami Satyananda Saraswati.

Il programma completo dei seminari è disponibile sul sito: <https://www.jothyoga.com>