

**DOMENICA 26 GENNAIO 2020**

**9,30-11,00 Genova Centro**

**LEZIONE DI YOGA**

**conduce Elena Bo**

Manas Studio - Piazza Manin 3/16

referente: *Elena Bo 346 1679530 - yogaelena.bo@gmail.com*

**10,00-11,30 Genova Bassa Valbisagno**

**INCONTRO DI NADA YOGA: RISONANZE PROFONDE PER LA GUARIGIONE INTERIORE**

**conduce Adriana Sani**

Centro Yoga Fiordaliso - Via Bonifacio 1/5B

referente: *Adriana Sani 333 2091489*

*fiordalisoyogagenova@gmail.com*

**11,30-13,00 Genova Centro**

**LEZIONE DI YOGA**

**conduce Elena Bo**

Manas Studio - Piazza Manin 3/16

referente: *Elena Bo 346 1679530 - yogaelena.bo@gmail.com*

**15,00-16,30 Genova Centro**

**INTENSITA' E RILASSAMENTO NELLA PRATICA YOGA**

**conduce Alberto Ficarelli**

Centro Yoga Mahima - Via Lomellini 8/5A

referente: *Alberto Ficarelli 345 2729948 - info@yogamahima.net*

**15,30-16,30 Genova Valbisagno**

**YIN YOGA FLUIRE CON I MERIDIANI LEZIONE TEORICO - PRATICA**

**conduce Patrizia Boattini**

Chandra La Voce della Luna Aps - Via Piacenza 261 B rosso

referente: *Patrizia Boattini 340 7306502 - patriziaboattini@live.it*

**17,00-18,30 Genova Valbisagno**

**SIMBOLI CHE TRASFORMANO: "LA RUOTA DELLA VITA", MEDITARE ATTRAVERSO LE IMMAGINI INCONTRO TEORICO-ESPERIENZIALE**

**conduce Simona Mocci**

Chandra La Voce della Luna Aps - Via Piacenza 261 B rosso

referente: *Simona Mocci 348 0864600*

*chandralavocedellalunaaps@gmail.com*

SONO ORMAI 20 ANNI CHE **YOGAPORTEAPERTE** SI RIPETE, CON NOTEVOLE RISCONTRO DI INTERESSE E PARTECIPAZIONE.

E' UNA MANIFESTAZIONE TOTALMENTE GRATUITA, INDETTA DA UN'ASSOCIAZIONE DI INSEGNANTI (OLTRE 1000) PRESENTI IN TUTTA ITALIA.

QUESTA MANIFESTAZIONE HA L'INTENTO DI OFFRIRE UNA CONOSCENZA DI QUESTA DISCIPLINA CHE GARANTISCA LA QUALITÀ DELL'APPROCCIO CONOSCITIVO DA PARTE DELLE PERSONE INTERESSATE, E SENZA CARATTERIZZARSI COME "VENDITA DI UN PRODOTTO".

COME NELLE PRECEDENTI EDIZIONI LO SCOPO È QUELLO DI DIFFONDERE INFORMAZIONI CORRETTE SULLA PRATICA YOGA ED OFFRIRE OPPORTUNITÀ GRATUITE PER SPERIMENTARLA DIRETTAMENTE SOTTO LA GUIDA DI INSEGNANTI QUALIFICATI.

SOTTOLINEIAMO IL CARATTERE NO-PROFIT DI "YOGA PORTEAPERTE" E IL PRECISO INTENTO DI FORNIRE CHIARIFICAZIONI COMPETENTI IN MERITO AD UNA GRANDE DISCIPLINA DI CONSAPEVOLEZZA OGGI TROPPO SPESSO CONFUSA O INQUINATA DA INTENTI COMMERCIALI.

PER PARTECIPARE ALLE INIZIATIVE È NECESSARIO PRENOTARSI IN ANTICIPO.

IN CASO DI PRATICA SI CONSIGLIA UN ABBIGLIAMENTO COMODO (TUTA E CALZE).

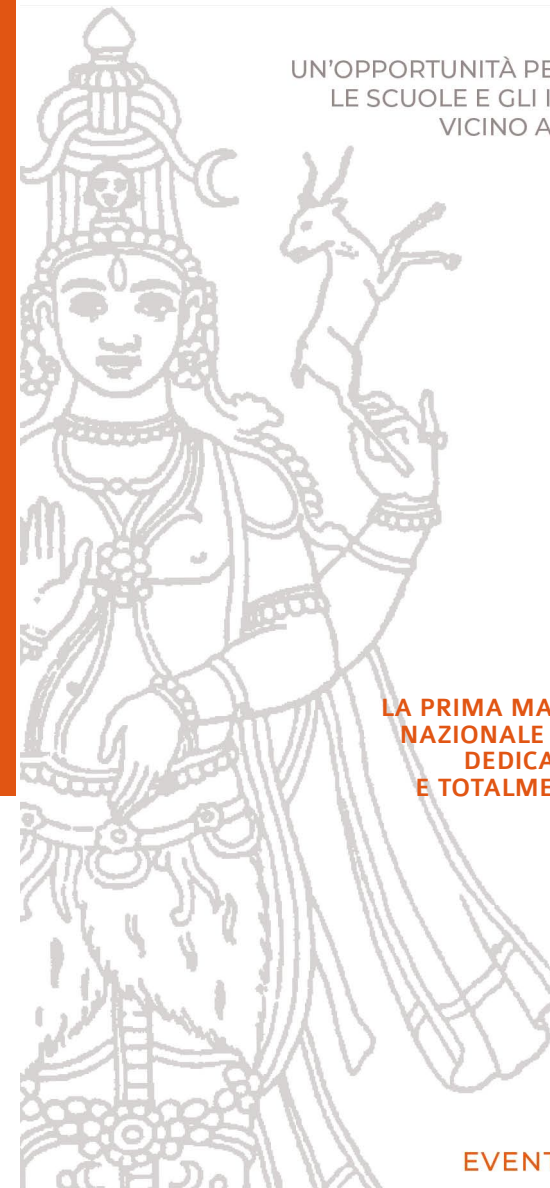


25 - 26 GENNAIO 2020

**YOGA**  
**porte aperte**

XX EDIZIONE

UN'OPPORTUNITÀ PER CONOSCERE  
LE SCUOLE E GLI INSEGNANTI  
VICINO A TE



**LA PRIMA MANIFESTAZIONE NAZIONALE INTERAMENTE DEDICATA ALLO YOGA E TOTALMENTE GRATUITA**

**EVENTO GRATUITO**

Con il patrocinio:



REGIONE  
LIGURIA



COMUNE DI  
GENOVA

grafica a cura di R&P Informatica Graphic - [www.rpinformatica.com](http://www.rpinformatica.com)

YOGA ASSOCIAZIONE NAZIONALE INSEGNANTI

Via Villoresi, 11 20143 Milano - tel. +39 028361288

[informa@insegnantiyoga.it](mailto:informa@insegnantiyoga.it) - [www.insegnantiyoga.it](http://www.insegnantiyoga.it)

# INIZIATIVA COMUNE DEI SOCI LIGURI A GENOVA

REFERENTE:

**CHIARA CIONCOLONI**

349 3172170 - CHIARA.CIONCOLONI@GMAIL.COM

## DOMENICA 26 GENNAIO 2020

**10,00-11,30 Genova**

**PRATICA, LINGUAGGIO E CONOSCENZA NELLE  
TRADIZIONI FILOSOFICHE DELL'ASIA**

**Conferenza - Relatore Emanuela Patella, Direttore  
Scientifico della Sezione Linguistica del Dipartimento  
Studi Asiatici - CELSO Istituto di Studi Orientali**

Libreria L'antico Portale, Vico Sant'Antonio 3 (traversa di Via Balbi)

referente: Chiara Cioncoloni 349 3172170

chiara.cioncoloni@gmail.com

## INIZIATIVE SINGOLE A GENOVA

### SABATO 25 GENNAIO 2020

**9,00-10,30 Genova Centro**

**LEZIONE DI YOGA NON DUALE DEL KASHMIR**

**conduce Patrizia Sannino**

TAT Associazione Yoga - Via XX Settembre 2/34

referente: Patrizia Sannino 333 2508150

samapatti@ascoltiprofondi.org

**9,30-11,00 Genova Centro**

**LEZIONE DI YOGA**

**conduce Paola Gerara**

Manas Studio - Piazza Manin 3/16

referente: Paola Gerara 329 5790157 - polligi@hotmail.it

**10,00-11,30 Genova Centro**  
**INTENSITA' E RILASSAMENTO  
NELLA PRATICA YOGA**

**conduce Alberto Ficarelli**

Centro Yoga Mahima - Via Lomellini 8/5A

referente: Alberto Ficarelli 345 2729948 - info@yogamahima.net

**10,00-11,15 Genova Medio Levante**

**LEZIONE PRATICA:**

**FLESSIBILITÀ E ALLUNGAMENTO  
DELLA COLONNA PER FAVORIRE  
L'ARMONIA E L'EQUILIBRIO**

**conduce Elena Cattini**

APS Annapurna - Via Riboli 20 (presso Sorriso Francese)

referente: Elena Cattini 347 8892781

**10,30-11,30 Genova Centro**

**LA SACRA GESTUALITÀ DELLE MUDRA E I  
SUONI MISTICI DEI MANTRA NEL TANTRISMO.  
LEZIONE TEORICO - PRATICA**

**conduce Silvia Canevaro**

Le Vie del Cuore - Percorsi Yoga - Viale Orti Sauli n. 4/7 scala A

referente: Silvia Canevaro 345.6973959

leviedelcuore.yoga@gmail.com

**11,00-12,00 Genova Centro**

**IL SUONO CREATORE.**

**MEDITAZIONE ATTRAVERSO  
L'EMISSIONE DEL SUONO**

**conduce Patrizia Sannino**

TAT Associazione Yoga - Via XX Settembre 2/34

referente: Patrizia Sannino 333 2508150

samapatti@ascoltiprofondi.org

**11,30-13,00 Genova Centro**

**LEZIONE DI YOGA**

**conduce Paola Gerara**

Manas Studio - Piazza Manin 3/16

referente: Paola Gerara 329 5790157 - polligi@hotmail.it

**11,45-13,15 Genova Centro**

**GIUSTA VISIONE E AZIONE:  
LO YOGA È AGIRE NELLA SERENITÀ**

**conduce Michaela Gamalero**

Centro Yoga Mahima - Via Lomellini 8/5A

referente: Michaela Gamalero 328 9282677

info@yogamahima.net

**16,00-17,45 Genova Centro**

**YOGA CAPOVOLTO: SPERIMENTARE LO YOGA  
KASHMIRO IN ASSENZA DI GRAVITÀ.  
MUOVERE IL CORPO LIBERAMENTE IN TUTTE  
LE DIREZIONI DELLO SPAZIO**

**conduce Sabrina Belloni**

TAT Associazione Yoga - Via XX Settembre 2/34

referente: Sabrina Belloni 010 592069

info@yogagenova.it

**16,00-17,15 Genova Levante**

**LEZIONE PRATICA: FLESSIBILITÀ E  
ALLUNGAMENTO DELLA COLONNA  
PER FAVORIRE L'ARMONIA E L'EQUILIBRIO**

**conduce Elena Cattini**

Centro Yoga Verso il Sole - Via Gianelli 31 rosso

referente: Elena Cattini 347 8892781

yogaversoilsole@gmail.com

**16,30-17,30 Genova Ponente**

**LEZIONE TEORICO-PRATICA  
IL RESPIRO LUNGO LA COLONNA VERTEBRALE**

**conduce Patrizia Boattini**

Studio Sestri - Piazza Albertina 18R, Sestri Ponente

referente: Patrizia Boattini 340 7306502 - patriziaboattini@live.it

**17,00-19,00 Genova Centro**

**"VOCI DAL SILENZIO"**

**UN VIAGGIO TRA GLI EREMITI D'ITALIA (53mn.)**

**Film di J.Wahlen e A.Seidita**

**Introduzione di Michaela Gamalero**

Centro Yoga Mahima - Via Lomellini 8/5A

referente: Michaela Gamalero 328 9282677 - info@yogamahima.net