

YOGA ^{4ª EDIZIONE} fest

L'ARMONIA:

L'ACCORDO DEI SUONI DELL'ESSERE

2 - 3 settembre 2017
LE MONACELLE - MATERA

Lo yoga per tutti: curiosi, principianti ed esperti

36 insegnanti provenienti dall'Italia e dall'estero

60 incontri di yoga e altre discipline olistiche

1 spettacolo di Emotional Freedom Sound

— stand per pratiche e trattamenti individuali

PROGRAMMA

info: www.materayogafest.it



SABATO MATTINA

9.15 - 10.30 - Sala A - (pratica ayurveda) - MICHELE RANIERI
CORPO SENZA ETÀ E MENTE SENZA TEMPO

9.30- 10.45 - Sala C - (pratica di meditazione) - MAURO BERGONZI
L'INESPLICABILE RISONANZA DELL'ESSERE

10.00 - 11.15 - Sala Conferenze - (cristalloterapia) - GIOVANNI ROSATO
RISONANZE DI LUCE

10.45 - 12.15 - Sala A - (pratica yoga) -
ELENA DE MARTIN
BACK BENDING: INARCAMENTI DELLA SCHIENA
CON RISPETTO E IN SICUREZZA

11.30 - 12.45 - Sala Conferenze - WILMER ZANGHIRATI URBANAZ
ARMONIA, OLIGOELEMENTI E INTEGRATORI
A BASE DI ESTRATTI VEGETALI

12.30 - 13.45 - Sala C - (kundalini yoga)
KARAMLEEN KAUR (M. FATIGUSO)
GUARIRE IL SÉ ATTRAVERSO L'IDENTITÀ DEL SAT NAM

13.00 - 14.00 - Sala Conferenze - (conferenza) - MICHELE RANIERI
VIAGGIO NELLO SPIRITO DELL'INDIA IN KERALA
LA TERRA DEGLI DEI

9.15 - 10.30 - Sala B - (pratica yoga) - ANTONELLA VANNONI
ARMONIA DI CORPO,
MENTE E RESPIRO NELLA PRATICA DI ASANA

9.30- 10.45 - Giardino - (biodanza) - ROSALBA LOSITO
DANZARE L'ARMONIA

10.45 - 12.00 - Sala B - (pratica yoga) -
MONICA DE LUCIA E CLAUDIO UGOLINI
RICONOSCERE L'UNITÀ ATTRAVERSO
L'ARMONIA DELLA DIVERSITÀ

11.00 - 12.15 - Sala C - (pratica yoga) -
JOLANDA MAGGIORA VERGANO
YOGA RATNA: IL SOLE E LA LUNA,
ARMONIA DEGLI OPPOSTI

12.15 - 13.30 - Sala B - (pratica yoga) - CRISTIANA GHITA MUNZI
IL SEGRETO DI UNA SOLA POSIZIONE.
IL CUORE DELL'ANTICO HATHA YOGA

12.30 - 13.45 - Sala A - (pratica gatka) - GURU SHABAD
GATKA: L'ADI SHAKTI YOGA (IL GESTO E SUO SUONO E IL
LORO COLLOCARSI NEL TEMPO E NEL RITMO UNIVERSO)

SABATO POMERIGGIO

15.00 - 16.15 - Sala B - (suonoterapia) - ANNA TADDONIO
ESPERIENZE DI CANTO SPONTANEO

15.30 - 16.45 - Sala A - (pratica yoga)
NIRANKAR SINGH (Angelo Strignano)
IL KUNDALINI YOGA

16.00 - 17.15 - giardino - (danzamovimentoterapia)
MARIKA BONGALLINO E ANGELICA BRUNO
IL LINGUAGGIO DELL'ANIMA

16.45 - 18.00 - Sala Conferenze - CRISTIANA GHITA MUNZI
JIDDU KRISHNAMURTI, LA PAURA E L'AMORE

17.00 - 18.15 - Sala A - (pratica yoga) - DANIELE RABOZZI
L'ASCOLTO È IL CAMBIAMENTO: LA MEDITAZIONE
A OGNI ISTANTE DELLA PRATICA

17.30 - 19.30 - Sassi di Matera - (kundalini yoga in cammino)
MARISA SAPONARO
BREATHWALK NEI SASSI

18.15 - 19.30 - Sala Conferenze - LUISELLA LUCE TORREFORTE
YOGA E MENTAL LIFE COACH

18.45 - 20.00 - Sala C -
SWAMI SURYANANDA SARASWATI (AMADIO BIANCHI)
YOGA È ABILITÀ NELL'AZIONE - RISVEGLIO DELLA
CONSAPEVOLEZZA E RITORNO ALLA QUALITÀ

15.15 - 16.30 - Sala Conferenze - IACOPO NUTI
L'ALFABETO SANSCRITO E
IL SUONO DEGLI ANTICHI SEGNI

15.30 - 17.00 - Sala C - (pratica yoga)
DHYAN NIRMAN (Roberto Boschini)
YOGA E CHI KUNG: IMPARIAMO A PERCEPIRE IL PRANA

16.45 - 18.15 - Sala B - (pratica yoga)
GIOIA LUSSANA
SAMATĀ: LA VITALITÀ COSCIENTE
DIVENTA ESPERIENZA DEL MONDO

17.15 - 18.30 - Sala C - (yoga e suono)
ROSALIA STELLACCI e FABRIZIO FESTA
ENERGIA, VIBRAZIONE E SUONO

18.00 - 19.30 - Giardino - (yoga e buddhismo zen)
ADRIANA ROCCO
IL CORPO CHE MEDITA

18.30 - 20.15 - Sala A - (pratica yoga)
GIOVANNI ASTA
GRADUALITÀ, BASE PER UNO SVILUPPO ARMONICO
DELLA PRATICA: EQUILIBRI (LEZIONE AVANZATA)

18.45- 20.00 - Sala B - (pratica yoga) - EMANUELA SABBATINI
IL CORPO E LA MENTE IN ACCORDO CON L'UNIVERSO

nei box verdi le conferenze

nei box arancioni i laboratori

DOMENICA MATTINA

05.30 - 07.30 - Sassi Matera - (meditazione) - **ADRIANA ROCCO**
**PASSI DI PACE IN ARMONIA VERSO
IL SORGERE DEL SOLE**

09.15 - 10.30 - Sala A - (pratica yoga)
GIOVANNI ASTA
**GRADUALITÀ, BASE PER UNO SVILUPPO ARMONICO
DELLA PRATICA: MOBILITÀ DEL BACINO
E PIEGAMENTI IN AVANTI**

9.30 - 10.45 - Giardino - (pratica) - **CRISTIANA GHITA MUNZI**
**LE POSIZIONI DEL VOLO, UNA PRATICA SERALE O
MATTUTINA PER TUTTI, DI RISVEGLIO O RIPOSO FINALE**

10.45 - 12.00 - Sala A - (pratica yoga) -
JOLANDA MAGGIORA VERGANO
**YOGA RATNA: TRA TERRA E CIELO,
DAL SUONO AL SILENZIO**

11.30 - 12.45 - Sala Conferenze - **DANILO JESUS DE MARI**
I BENEFICI DELLA DISINTOSSICAZIONE

12.15 - 13.45 - Sala A - (pratica yoga) - **ELENA DE MARTIN**
ASHTANGA YOGA

13.00 - 13.45 - Salottino - **IL PICCOLO AMRIT**
CORSI PROFESSIONALI INSEGNANTI YOGA E AYURVEDA

9.15 - 10.30 - Sala B - (pratica gatka) **GURU SHABAD**

**GATKA: L'ADI SHAKTI YOGA
(L'ARTE DEL CONFLITTO E DELLA COMUNICAZIONE)**

9.30 - 10.45 - Sala C - (pratica) **CARMEN GRANIERI**

**L'ARTE DEL PRENDERSI CURA:
UN APPROCCIO GESTALTICO (IO TU NOI)**

10.00- 11.15 - Sala Conferenza - **IACOPO NUTI**
**SHABDA KHE 'IL SUONO NELL'ETERE':
LETTURE INTRODUTTIVE AI TESTI CLASSICI DELLO YOGA**

10.45 - 12.00- Sala B - (pratica yoga) - **DANIELE RABOZZI**
**DA UNO SGUARDO CHE CERCA
A UNO SGUARDO CHE ACCOGLIE**

11.00 - 12.15- Sala C - (caviardage) - **TINA FESTA**
**CERCARE LA POESIA NASCOSTA IN NOI,
IN ACCORDO CON LA PROPRIA ARMONIA**

12.15 - 13.45 - Sala B - (pratica) - **ANNA TADDONIO**
CHAKRA: IL VIAGGIO DEL GUERRIERO DI PACE

12.30 - 13.45 - Sala C - (pratica QiGong) - **VALERIA GALANTE**
L'ARMONIA TRA I TRE DAN TIEN

13.00 - 14.00 - Sala Conferenze - **GIANLUCA LOMBARDI (NADI)**
PRESENTAZIONE SCUOLA OLISTICA NADI

DOMENICA POMERIGGIO

15.00 - 16.15 - Sala A - (pratica yoga)
SWAMI SURYANANDA SARASWATI (AMADIO BIANCHI)
**KUNDALINI AROHANAM: LA VIA DEL SUONO
E IL RISVEGLIO DELLA KUNDALINI**

15.30 - 16.45 - Sala C - **MAURO BERGONZI**
**IL SILENZIO DELLA MENTE E LA LUCE DELLA COSCIENZA:
ALLE RADICI DELLO YOGA**

16.30 - 18.30 - Sala A - (yoga e buddhismo zen)
ADRIANA ROCCO
PRATICA DEL TOCCARE LA TERRA

17.00 - 18.15 - Sala C - (pratica yoga) - **ANNALISE BOSCH**
YOGA E CONOSCENZA DI SÈ

17.00 - 18.15 - Sala B - (pratica ayurveda) **MICHELE RANIERI**
BELLEZZA DALLA PELLE ALL'ANIMA

18.15 - 19.30 - Sala conferenze - **GIANLUCA LOMBARDI**
IRIDOLOGIA DEL PROFONDO

18.30 - 19.45 - Sala B - (conferenza) - **GIOIA LUSSANA**
L'ORIGINE DEL TANTRISMO HINDU

18.45 - 20.00 - Sala A - (pratica yoga)
DHYAN NIRMAN (Roberto Boschini)
YOGA E MASSAGGIO: ASCOLTIAMO IL FLUSSO DEL PRANA

15.15 - 16.30 - Sala Conferenze - **ANTONELLA FERRULLI**
**MEDICINA TRADIZIONALE CINESE:
ARMONIA FRA CORPO, NATURA, EMOZIONI E COLORI**

15.30 - 16,45 - Sala B - (feldenkrais ©)
ANTONELLA VANNONI E FILOMENA CANCELLARO
CONSAPEVOLEZZA ATTRAVERSO IL MOVIMENTO

16-30 - 17.45 - Giardino - (pratica yoga nidra) - **EMANUELA SABBATINI**
UN VIAGGIO ATTRAVERSO I SUONI DELL'ANIMA

16.45 - 18.00 - Sala Conferenze
MICHELE DINICASTRO
**TEMPO E COSCIENZA NELLE INDAGINI SCIENTIFICHE
SU MEDITAZIONE E YOGA**

17.30 - 19.30 - Sassi di Matera - (kundalini yoga in cammino)
MARISA SAPONARO
BREATHWALK NEI SASSI

18.15 - 19.30 - Giardino - (suonoterapia)
NIRANKAR SINGH (Angelo Strignano)
**GONG THERAPY MEDITATION: VIBRA IL COSMO;
IL COSMO LIBERERÀ IL TUO CAMMINO**

18.45 - 20.00 - Sala C - (danzamovimentoterapia) **MARIKA BONGALLINO**
A RITMO DI CUORE

nei box verdi le conferenze

nei box arancioni i laboratori

ALTRE ATTIVITÀ

ORE 21 - TERRAZZO - PERFORMANCE INTERATTIVA

EMOTIONAL FREEDOM SOUND

Anna Taddonio, Eufemia Mascolo, Angelo Strignano

SABATO E DOMENICA ORE 9 - 20.30

GIOCANDO CON LO YOGA!

Spazio gratuito sempre aperto, dedicato ai vostri bimbi, a cura degli operatori di Tutto fa Yoga.

RACCOMANDAZIONE:

Si richiede di giungere puntuali all'inizio dei laboratori. Per il rispetto dovuto ai Maestri e ai partecipanti **NON** sarà consentito in alcun modo l'ingresso nelle sale a pratiche già iniziate. Si consiglia di prenotare in anticipo, i non prenotati potranno accedere ai laboratori fino a esaurimento posti.

COME ARRIVARE:

Giunti a Matera, da qualunque punto del centro, raggiungere Piazza del Sedile e salire in Piazza Duomo. Ponendosi di fronte al portale d'ingresso della Cattedrale, con alle spalle l'affaccio sul Sasso Barisano, imboccare sulla sinistra Via del Riscatto e dopo pochi metri sulla destra vi è l'ingresso a "Le Monacelle", sede dello Yoga Fest.

INFORMAZIONI UTILI:

PRANZO:

Durante le pause saranno attivi i servizi bar e catering con cibi vegetariani. La prenotazione dei pranzi potrà essere effettuata la mattina direttamente presso "Le Monacelle".

ABBIGLIAMENTO:

Comodo e con calzoncini. La maggior parte delle pratiche si effettuerà senza scarpe.

Per i laboratori è necessario dotarsi di tappetino yoga.

Per chi ne fosse sprovvisto sarà possibile acquistarlo presso i nostri stand.

CONTRIBUTO D'INGRESSO: Una giornata: 25 € - Tutto lo Yoga Fest: 40 €
SPETTACOLO Emotional Freedom Sound: Esterni: 15 € - Partecipanti Yoga Fest: 10 €

ORGANIZZAZIONE:

YOGA MATHA asd - Viale Jonio, 61 - Matera - tel. 0835.333.978

email: yogafest@yogamatha.it url: www.yogamatha.it

Andrea Stella: 329.59.21.341

Marilù Galiani: Tel. 348.85.36.422

SI RINGRAZIA



Ringraziamo tutti i maestri, le associazioni, lo staff, gli sponsor e i volontari per il loro contributo. **TUTTI INSIEME** abbiamo reso possibile la realizzazione della quarta edizione dello Yoga Fest