

## PROGRAMMA AREA YOGA & AUYRVEDA:

### VENERDI' 10 APRILE

**SANTA SOFIA/area Demo, ore 9,00** I monaci e il Mandala - I monaci tibetani ospiti di Città del Benessere iniziano il colorato disegno

**SANTA SOFIA, ore 9,00** Laboratori per bambini a Città del Benessere - Workshop di Musica - Yoga - Aikido – Mandala

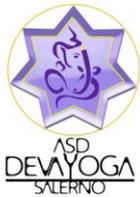
**SANTA SOFIA/area Demo dalle ore 16,00** Sofia Celestino ci fa da guida nella comprensione del significato del colorato lavoro dei monaci: il MANDALA

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 17,00** Lezione aperta Hatha Yoga e psicosomatica con Marisa Iuliano del Centro studi discipline olistiche Shen – Salerno

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 17,00** Lezione aperta Tai chi con Elena Russo del Centro studi discipline olistiche Shen – Salerno

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 19,00** Lezione aperta Hatha Yoga metodo Y.A.Y con il M° Franco Di Domenico del Centro Studi Yoga Salerno

**SANTA SOFIA/area Demo, dalle ore 21,00** Esibizioni : Danza del Ventre con Elisa Mogavero – Aikido e Kendo con M° Desiderio – Capoeira con Paolo Velardi



## **SABATO 11 APRILE**

**SANTA SOFIA, ore 9,00** Laboratori per bambini a Città del Benessere - Workshop di Musica - Yoga - Aikido – Mandala – Capoeira

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 11,00** Lezione per tutti Hatha yoga (metodo Y.A.Y) M° Gaetano Clemente del Centro Studi Yoga Salerno

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 11,00** Lezione per tutti Tai Chi/Qigong (Itcca-Italia) Ulla Scuccimarra SpazioMa

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 12,00** Lezione per tutti IYengar Yoga con Mattia Mautone e Carlo Paraggio del Centro Yoga Trotula de Ruggiero.

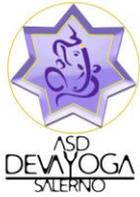
**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 16,30** Incontro con i Monaci Tibetani- La filosofia Tibetana

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 17,00** Lezione aperta di Ashtanga Yoga - M° Marcello Muro

**PALAZZO FRUSCIONE/area AYURVEDA, ore 17,30** conferenza COSA E' L'AYURVEDA del dott. Francesco Scala

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 18,30** Lezione aperta YOGA HATHA – M° Rita Cariello del Centro Yoga DEVAYOGA SALERNO

**SANTA SOFIA/area Demo ore 20,00** Esibizioni: Musica e Canti Tibetani con i Monaci Tibetani – Danza del ventre con Elisa Mogavero – Esibizione Yoga con Devayoga Salerno



## **Domenica 12 aprile**

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 10,00** Lezione per tutti Tai Chi/Qigong (Itcca-Italia) Ulla Scuccimarra SpazioMa

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 10,00** Lezione base Hatha yoga M° Mario della Corte

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 11,00** 1° Meeting regionale Operatori Yoga

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 12,00** Presentazione 1° Giornata Mondiale dello Yoga e saluto delle autorità, con il Sindaco di Salerno. A seguire aperitivo per tutti.

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 16,30** MEDITAZIONE CON I MONACI TIBETANI

**PALAZZO FRUSCIONE/area AYURVEDA, ore 17,00** IL MEDICO AYURVEDICO RISPONDE incontro aperto con il dott. Francesco Scala

**SANTA SOFIA/area YOGA, ore 18,30** Lezione aperta YOGA stile Vinyasa flow - M° Rita Cariello del Centro DEVAYOGA SALERNO

**SANTA SOFIA/area Demo, dalle ore 20,00** Cerimonia di distruzione del Mandala con i monaci Tibetani – Esibizione Tai chi con Ulla Scuccimarra e gli allievi di SpazioMa - chiusura

