

YogaPorteAperte 2 - 8 febbraio 2026

XXV edizione

Yoga Shop V.le G. d'Annunzio, 25 - Milano

Tutti i partecipanti a YogaPorteAperte usufruiranno di uno sconto del 5% usando in cassa e online il codice "YOGAPORTEAPERTE"

377 4153536 www.yogashop.it
Orario negozio: da martedì a venerdì
h 10,00/19,00 - sabato h 10,00/18,00

E' necessario prenotarsi per le varie iniziative ai recapiti indicati

INIZIATIVE DEI SOCI YANI PIEMONTE

N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Nizza Monferrato AT	Associazione Quedora	Via Trento, 2 Nizza Monferrato AT	Satya nella pratica yoga, nella quotidianità	dom 8 h 17,00/18,30	333 7606830 yolandalleo@alice.it	Yolanda Lleò Aguas
2	Torino	Online		Il corpo che non mente - Una pratica dolce di autoascolto attraverso lo Yoga Somatico per imparare a riconoscere i segnali di risposta allo stress nel nostro corpo e aiutarlo a ripristinare l'equilibrio	gio 5 h 21,00/22,30	349 1522951. info@yogasomatico.it	Laura Anzuoni

INIZIATIVA COMUNE DEL COORDINAMENTO YANI LOMBARDIA E SVIZZERA - "LE VERITA' DELLO YOGA"

N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Brescia	Online		Astha Karana - Gli otto movimenti fondamentali della colonna vertebrale. La pratica della sequenza Astha Karana prepara al concetto di stabilità interiore e sviluppa vigilanza, verità e presenza nell'istante	jun 2 h 18,00/18,45	339 5923425 info@yogastudiobrixia.it	Vilma Galli
2	Ghedì BS	Online		Abbandono e relax - Brevi cenni sul significato di Satya, pratica di asana con attenzione al corpo-mente-respiro, con l'utilizzo in alcuni momenti di un mantra e pranayama finale	ven 6 h 18,00/19,00	emiliamorghedi@gmail.com	Emilia Mor
3	Gallarate VA	Online		Satya Nidra - In questo viaggio di Yoga Nidra permettiamo alla mente di riposare e al cuore di ascoltare affinché la verità possa emergere come luce interiore. Non una verità rigida o esterna, ma quella che nasce dentro di noi, nel silenzio e nella quiete. In questo sonno yogico, ci abbandoniamo alla verità. Satya diventa il filo sottile che ci accompagna, dissolvendo illusioni e portando chiarezza	mar 3 h 18,30/19,15	maasridevi@outlook.com	Sabrina Provasoli
4	Triuggio MB	Online		Alla ricerca di Satya - Una pratica di purificazione e consapevolezza che coinvolge il corpo, il respiro, la mente per incontrare se stessi alla luce di Satya	mer 4 h 19,00/20,00	377 5482168 info@naturopatiaolistica.org	Roberta Romualdi
5	Mortara PV	Online		Pratica e Meditazione - Un incontro di pratica composto da Karana asana, visualizzazione energetica meditazione guidata - momento di rilassamento iniziale e conclusivo	mer 4 h 20,00/21,30	338 7345925 corsidiyoga_f.protti@yahoo.it	Francesca Protti
6	San Giuliano Milanese MI	Online		Satya del corpo: consapevolezza corporea. Hatha Yoga - Pratica di percezione corporea	gio 5 h 19,00/20,00	paolabertello@yahoo.it	Paola Bertello
7	Biassono MB	Yoga Lila - In presenza e Online	Via delle Vigne, 21 Biassono MB	Meditazione sul canto del mantra: Panca Maha Sloka - percorso meditativo sui 5 corpi (Kosa)	sab 7 h 18,00/18,45	342 9477581 (anche whatsapp) info@yogallia.it	Paola Romanoni

8	Corsico MI	Online		Satya Flow: autenticità nel movimento - Attraverso una sequenza armoniosa e lenta di asana, respirazione consapevole e rilassamento finale, esploreremo il significato di essere sinceri nel corpo e nella mente. Ogni movimento diventa un invito a riconoscere ciò che è reale, senza forzature, con gentilezza e presenza. La pratica è pensata per chi desidera coltivare equilibrio, chiarezza e integrità nella vita quotidiana, partendo dal tappetino	sab 7 h 9,15/10,30	likeyogainfo@gmail.com	Linda Orlandi
9	Milano	Online		Rallentare, Ascoltare, Stare - Una pratica per rallentare i ritmi e permettere che si creino delle pause tra un movimento e l'altro, un respiro e l'altro, un pensiero e l'altro. In questo spazio anche il silenzio può essere una forma di verità	gio 5 h 18,00/19,00	347 0532510 elenafyoga11@gmail.com	Elena Fenaroli
10	Lugano Svizzera	Online		Conferenza: La verità' che trasforma. Un percorso nella filosofia indiana	dom 8 h 10,30/12,00	paola.elia@mail.ch	Paola Elia
11	Buchrain Svizzera	Online		Canto Vedico, una via per Satya - Un'esplorazione basata sui Veda e sullo Yoga Sutra per comprendere la vera natura dell'essere. Incontro teorico-pratico con recitazione di mantra a tema	lun 2 h 18,00/19,00	antonella.valentinetti@gmail.com	Antonella Valentinetti
12	Zurigo Svizzera	Online		Meditazione: il corpo fisico, respiratorio, mentale. Si pratica in posizione comoda, da sdraiati e da seduti	mer 4 h 20,30/21,15	laura.saverio74@gmail.com	Laura Saverio

INIZIATIVE DEI SOCI YANI LOMBARDIA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Milano	Centro di Formazione olistico Soul Contact Center	Via Domenico Cucchiari, 15 - Milano	Lezione di Yoga: torsioni, osservare la propria ombra per ciò che è	lun 2 h 19,30/20,30	389 5612500 ivanmontanari1@gmail.com	Ivan Montanari
2	Milano	Centro Yoga Bhadra	Via Giordano Bruno, 11 Milano	Lezione di yoga: La verità nasce dalla resa alla vera natura di sé, luminosa, chiara, compassionevole; e le azioni sane si manifestano con naturalezza - conduce Beatrice Calcagno	lun 2 h 12,00/13,30 lun 2 h 18,15/19,45 lun 2 h 20,00/22,00	02 347939. info@centroyoga.it	Beatrice Calcagno. Laura Massironi Valentino Prina Daniele Locaputo
				Lezione di yoga: Satyeshikasana, rettitudine e verità - conduce Beatrice Calcagno	mar 3 h 9,00/10,30 mar 3 h 18,45/20,45		
				Lezione di Yoga: praticare, ascoltare il silenzio; essere nella Realtà per scalzare l'abitudine a dire il falso - Beatrice Calcagno	mer 4 h 10,00/11,30 mer 4 h 18,00/19,30		
				Lezione di Yoga: Lo yoga al di là dell'apparire - Valentino Prina	mer 4 h 19,45/21,00		
				Lezione di Yoga: La mente mente, quale stato della mente? - conduce Beatrice Calcagno	gio 5 h 7,45/9,00		
				Lezione di Yoga - conduce Daniele Locaputo	gio 5 h 13,00/14,30		
				Lezione di Yoga - conduce Beatrice Calcagno	gio 5 h 18,30/20,00		
				Lezione di Yoga: Quando una persona è stabile nella verità qualsiasi cosa tenti di compiere si compirà, I.K.Taimni - Calcagno	ven 6 h 13,00/14,30		
				Lezione di Yoga: Lo yoga al di là dell'apparire - Valentino Prina	ven 6 h 18,30/20,00		
				Lezione di Yoga: Sathya, lo yoga come via dell'autenticità - Laura Massironi	sab 7 h 10,00/11,30		
3	Melzo MI	Centro Yoga Kurmamarga	Via Mazzini, 9 - Melzo MI	Perseguire Satya - supporto per la mente, nutrimento per la collettività	dom 1 h 18,30	339 5604485 kurmamarga.info@gmail.com www.yogamelzo.it	Claudia Lodi
				Conferenza: Satya e le sue declinazioni	mar 3 h 20,30		
4	Sesto San Giovanni MI	Centro Sportivo il Cigno	Via Domenico Fiorani, 74 Sesto San Giovanni MI	Satya: la Verità, l'Autenticità. La coerenza tra pensiero, parola e azione ci conduce su un percorso di trasformazione individuale e sociale. Attraverso un'introduzione teorica e una pratica sul tappetino, esploreremo il senso di questo principio fondamentale della disciplina Yoga - conduce Chiara Amanda Repetto	sab 7 h 15,30/17,30	349 3760982 chia.repetto@libero.it	Chiara Amanda Repetto

5	San Felice MI	Yoga Shankara	Via Strada Malaspina, 16 San Felice MI	Il valore di un'attitudine veritiera - pratica e riflessioni	mar 3 h 9,45/11,15	334 2383810 info@yogashankara.it	Patricia Meyer
				Il valore di un'attitudine veritiera - pratica e riflessioni	mer 4 h 19,00/20,30		
				Il valore di un'attitudine veritiera - Laboratorio creativo Yoga Bimbi - 6/10 anni	dom 8 h 10,00/11,30		
6	Peschiera Borromeo MI	Associazione GPS	Via Caduti di Nasseriya, 8 Peschiera Borromeo	Il valore di un'attitudine - pratica e riflessioni	ven 6 h 19,30/20,45	334 2512969 info.suryaevolution@gmail.com	Giovanna Antonia Scipioni
7		Online		Conferenza - Satyam, Rtam & Brhat: il segreto vedico per compiere azioni efficaci e corrette - relatore Dr. Anuradha Choudry - traduzione di Sarah Giarmoleo	sab 7 h 10,00/11,30		
8	Paullo MI	Surya Evolution asd - Sala Civica	Via Milano, 16 Paullo Milano	Vivere in armonia con la nostra vera essenza	lun 2 h 20,15/21,15		
9	Paullo MI	Surya Evolution asd Auditorium Ist. Curiel	Via Fleming - Paullo MI	Vivere in armonia con la nostra vera essenza	dom 8 h 10,00/12,00	333 8530344 silvia.bettinelli@outlook.com	Silvia Bettinelli
10	Paullo MI	Arte per il Benessere	Vicolo Castello, 28 Paullo MI	Vivere in armonia con la nostra vera essenza	dom 8 h 18,00/19,00		
11	Spino D'Adda CR	Sala Polifunzionale	Via Pace, 4 Spino D'Adda CR	Vivere in armonia con la nostra vera essenza	dom 8 h 15,30/16,30		
12	Vidardo LO	Cascina Santa Croce	Località Castiraga, 4 - Castiraga Vidardo LO	Lezione di Yoga	sab 7 h 10,00/12,00	338 7345925 (SMS o whatsapp) corsidiyoga_f.protti@yahoo.it	Francesca Protti
13		Centro Yoga è...	Via Cesare Battisti, 29 Mortara PV	Lezione di Yoga	lun 2 h 19,15/20,45		
				Lezione di Yoga	ven 6 h 17,45/19,00 e/o h 20,00/21,30		
14	Mortara PV	Biblioteca Civica F.Pezza	Via Vittorio Veneto, 17 Mortara PV	Lezione di Yoga	mar 3 h 18,45/20,15		
				Lezione di Yoga	sab 7 h 10,15/11,45		
15		Associazione Spazio Infinitamente	Piazza Guida, 8 Mortara PV	Lezione di Yoga	gio 5 h 17,30/18,45 e/o h 19,00/20,15		
16		Online - google.meet		Lezione di Yoga	mer 4 h 20,00/21,30		
17	Biassono MB	Yoga Lila	Via delle Vigne, 21 Biassono MB	Hatha Yoga	sab 7 h 10,00/11,15	342 9477581 (anche whatsapp) info@yogalila.it	Paola Romanoni
				Hatha Yoga	dom 8 h 10,00/11,10		
				Conferenza - Satya (Verità). E' l'essenza del cuore - relatrice Paola Romanoni	dom 8 h 11,15/12,15		
18	Biassono MB	Online		Canto vedico - insegnamento e recitazione del mantra Asato Ma - seguito da una meditazione	gio 5 h 19,00/20,00	338 2653287 info@lucivimercati.com	Lucia Vimercati

INIZIATIVE DEI SOCI YANI FRIULI-VENEZIA GIULIA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Latisana UD	Ami-Qi Centro Yoga e Movimento	Piazza Indipendenza, 23 Latisana UD	Lezioni di Yoga	mar 3 h 14,30/15,30	347 6883768 s.silviaserra@gmail.com info.amiqi@gmail.com	Silvia Serra
					mer 4 h 8,45/9,45		
					ven 6 h 16,45/17,45		
					sab 7 h 10,00/11,00		
					dom 8 h 10,00/11,00		

INIZIATIVE DEI SOCI YANI VENETO							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Vittorio Veneto TV	Studio Incorpore	Via A.De Gasperi, 5 Vittorio Veneto TV	Lezioni di Yoga	lun 2 h 13,15/14,15	333 2425343 maicol.urbinati@gmail.com	Maicol Urbinati
					mar 3 h 6,30/7,30		
					mar 3 h 8,00/9,00		
					ven 6 h 18,30/19,30		
2	La Porta Fuxia	Via D.Gismano, 43 Vittorio Veneto TV	Lezione di Yoga	lun 2 h 18,30/19,30	333 2425343 maicol.urbinati@gmail.com	Maicol Urbinati	
				Proiezione e dibattito - "La trasformazione gentile. I benefici dello yoga" docufilm di Monica Onore - relatore Maicol Urbinati			mar 3 h 20,30/22,30
				Lezione di Yoga			mer 4 h 18,30/19,30

INIZIATIVA COMUNE DEL COORDINAMENTO YANI EMILIA ROMAGNA E MARCHE							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1		Online		Incontro: Perché è difficile dire e dirsi la verità? Prospettive filosofiche - relatore Luca Mori, ricercatore di Storia della Filosofia presso il Dipartimento di Civiltà e Forme del Sapere, Università di Pisa	gio 5 h 20,30/22,00	320 3199794 yogaigearmarina@gmail.com	Elisa Tamagnini

INIZIATIVE DEI SOCI YANI EMILIA ROMAGNA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Bologna	Centro Natura	Via degli Albari, 4 Bologna	Incontro di meditazione guidata su Satya, la verità	sab 7 h 8,45/9,45	051 235643 051 223331 yoga@centronatura.it	Virginia Farina
2	Sant'Angelo di Gatteo FC	Amihan asd Yoga Studio	Via Salvador Allende, 75h Sant'Angelo di Gatteo FC	Lezione di Yoga	sab 7 h 9,30/11,30	338 1566753 347 1152090 casalini.stefania@gmail.com dmonti76@gmail.com	Stefania Casalini Daniele Monti

INIZIATIVE DEI SOCI YANI LIGURIA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Genova	Online		Pratica Yoga - Essere autentici	dom 8 h 9,00/10,00	347 8931471 francina.yoga@gmail.com	Francesca Borriello
2	Genova	Yoga Verso Il Sole	C.so Europa 1902 Genova	Praticare Satya: verità come principio di allineamento tra corpo, respiro e mente	sab 7 h 10,30/11,30	347 8892781 yogaversoilsole@gmail.com	Elena Cattini
3	Genova	Online Zoom		Pratica Yoga - Hanuman e la Verità del Cuore - conduce Simona Mocci	sab 7 h 18,00/19,15	348 0864600 info.chandrastudio@gmail.com	Simona Mocci
				Conferenza e meditazione - Saraswati: la verità che scorre - relatrice Simona Mocci	dom 8 h 17,00/18,30		
4	Genova	Online Zoom		Satya nella Sadhana: coerenza tra corpo, respiro e mente	ven 6 h 18,00/19,00	349 4737340 yogaversoilsole@gmail.com	Paola Bruschetta
5	Genova		Via Caffaro, 9 int. 10 4°piano Genova	Lezione di Yoga	mar 3 h 12,45/13,45	339 4980802 (solo whatsapp) cigala_l@yahoo.it	Lucia Cigala
				Lezione di Yoga	mer 4 h 17,00/18,15		
				Lezione di Yoga	gio 5 h 12,45/13,45		
				Lezione di Yoga	ven 6 h 18,15/19,30		
6	Genova	Centro Yoga Mahima	Via Lomellini, 8 int. 5A Genova	Lezione di Yoga - conduce Michaela Gamalero	sab 7 h 9,30/11,00	345 2729948 info@yogamahima.net www.yogamahima.net	Michaela Gamalero Alberto Ficarelli
				Lezione di Yoga - conduce Alberto Ficarelli	sab 7 h 11,30/13,00		
				Conferenza - Satya: essere veri - relatrice Michaela Gamalero	sab 7 h 16,30/17,00		
				Proiezione - Ashrams - relgista Arnaud Desjardins, 1961 - traduzione in Italiano	sab 7 h 17,00/18,00		
7	Genova	Online dalla pagina facebook di Emina Cevro Vukovic		Incontro - Il respiro alla luce di satya. Nell'incontro si propongono ed eseguono alcune pratiche yoga sul respiro, dal suo ascolto alla sua modulazione, rispettando satya, l'onestà di intenti, la ricerca della propria verità interiore	sab 7 h 10,30/11,30	347 1324277 ecevrovukovic@gmail.com	Emina Cevro Vukovic
8	Genova	Online		Yoga Nidra: la verità è la tua stessa natura	mar 3 h 21,00/22,00	333 2508150 samapatti@yogadellascalto.org www.yogadellascalto.org	Patrizia Sannino
				Lezione Yoga non duale del Kashmir: la verità non è qualcosa che si cerca, ma qualcosa che si è.	gio 5 h 19,00/20,30		
9	Torrassa S.Olcese - GE	Agriturismo EReixe	Via G. Galilei, 48 Torrassa S.Olcese GE	Lezione di Yoga	lun 2 h 17,30/19,00	329 9292471 silvia.barillari@hotmail.it	Silvia Barillari
				Lezione di Yoga	gio 5 h 18,00/19,30		
				Incontro - Yoga del silenzio: Il corpo che respira	sab 7 h 9,30/12,00		

INIZIATIVE DEI SOCI YANI TOSCANA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Grosseto	Centro Fisio3 c/o Centro Commerciale Gorarella	Via Papa Giovanni XXIII, 69 Grosseto	Lezione di Yoga	mer 4 h 17,00/18,30	392 0686787 danielamarretti68@gmail.com	Daniela Marretti
				Incontro pratico e condivisione - Nada e Mantra yoga - conduce Daniela Marretti	mer 4 h 19,00/20,00		
				Conferenza - Satya nella vita quotidiana - relatrice Nicoletta Fabbi	dom 8 h 16,00/18,00		
2	Venturina Terme LI	Centro Olistico l'Infinito	Via Pistrelli, 6 Venturina Terme LI	Lezione di Yoga	sab 7 h 17,30/19,00	329 3473995 ass.illoto@gmail.com	Paola Pieraccini
3	Firenze	Istituto di Yoga	Via Ferdinando Martini, 4/a Firenze	Hatha yoga nel rispetto di Satya - conduce Massimo Lombardi	sab 7 h 9,30/11,00	371 4976260 info@istitutoyogafirenze.com www.istitutoyogafirenze.com	Federico Matrone Emanuela Brunetti Massimo Lombardi
				Yoga e Satya - conduce Emanuela Brunetti	sab 7 h 11,15/12,30		
				Conferenza Esperenziale: la Meditazione - relatore Federico Matrone	sab 7 h 16,00/17,00		
				Conferenza: Yoga e Pratiche di auto- trasformazione - Modelli Comportamentali, Tendenze e Attitudini - Yama e Niyama - relatore Federico Matrone	sab 7 h 17,15/18,00		
				Pratica - il concetto di Satya coniugato nell'hatha yoga - conduce Federico Matrone	sab 7 h 18,15/19,30		
				Hatha yoga nel rispetto di Satya - conduce Massimo Lombardi	dom 8 h 9,30/11,00		
				Yoga e Satya - conduce Emanuela Brunetti	dom 8 h 11,15/12,30		
				Kirtan - Canti devozionali come espressione di Satya - conduce Federico Matrone	dom 8 h 16,00/17,15		
Conferenza - Kriya Yoga - Satya - relatore Federico Matrone	dom 8 h 17,30/18,00						
4	Perignano Casciana Terme Lari PI	Interno Venti	Via Toscana, 4 Perignano Casciana Terme Lari PI	Laboratorio di danza indiana (stile Kathak) - con Lisa Pellegrini	sab 7 h 16,00/18,00	339 3678890 info@intiminnesti.it www.intiminnesti.it	Andrea De Peppo
				Satya: fare yoga o essere yoga - lezione teorico/pratica di Hatha Yoga - condotto da Andrea De Peppo	dom 8 h 10,00/12,00		
5	Montevarchi Arezzo	Studio Yoga	Via Cataliotti, 16 Montevarchi AR	Lezioni di Yoga	mar 3 h 19,30/21,30	333 1434596 cris0122@gmail.com	Cristina Tettamanti
					gio 5 h 18,00/20,00		
					sab 7 h 16,00/18,00		

INIZIATIVE DEI SOCI YANI LAZIO

N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Roma	Yoga Accessibile Online		Lezione di Yoga	lun 2 h 13,30/14,45	320 0829030 yoga@benedettacapanna.it	Benedetta Capanna
2		Dharah Yoga Studio	Via G. Rappini, 23 a/b Roma	Lezione di Yoga: Integral/Scaravelli	mar 3 h 13,30/14,45		
				Lezione di Yoga: YIN	mer 4 h 18,00/19,00		
				Lezione di Yoga: Integral/Scaravelli	ven 6 h 13,30/14,45		
3		Centro Yoga la Fonte asd	Via Vegezio, 6 Roma	Lezione di Yoga: Integral/Scaravelli	mer 4 h 13,30/14,45		
4	Associazione Calice	Via Pietro Rubens, 38 Roma	Lezione di Yoga: Integral/Scaravelli	gio 5 h 10,30/11,45			
			Incontro - Satya, punti di vista, condivisioni e spunti di pratica - condotto da Alessandra Fabrizi, Benedetta Capanna	dom 8 h da definire			
5	Associazione tra Cielo e Terra	Largo Giovanni Chiarini, 13 Roma	Lezione di Yoga	ven 6 h 18,30/20,00			
6	Roma		Via Cardinal Pacca, 23 Roma	Lezioni di Yoga	lun 2 h 19,00/20,00	320 0657873 (anche whatsapp) vinyogaconalice@gmail.com	Alice Gobbi
					mar 3 h 10,00/11,00		
					mer 4 h 19,00/20,00		
					gio 5 h 19,00/20,00		
7	Roma	Centro ANAPP e Centro MIRA	Via Dardanelli, 23 int.1 Roma	Conferenza: Yoga e fibromialgia, la verità di sé - Relatore: Alice Gobbi in collaborazione con la psicoterapeuta Giulia Maffioli	ven 6 h 18,30/19,45		
8	Roma	Hearth for Dance Studio	Via Muro Lucano, 2 Roma	Lezione di Yoga	mar 3 h 19,00/20,30	333 2778785 vanessaantonioello@gmail.com	Donatella Bianco
9	Roma	Biblioteca Laurentina	Piazzale Elsa Morante Roma	Lezione di Yoga	gio 5 h 17,00/18,00	348 0439901 340 3212404 eleonora.demurtas@gmail.com	Eleonora Demurtas Cesare Maramici
					gio 5 h 18,00/19,00		
10	Roma	Scuola Yoga Roma Laboratorio Vinyoga - in presenza e Online Zoom	Via Anton Cechov, 83 scala F gradone 6 Roma	Incontro - La pratica dello Yoga nel quotidiano. Pratica e teoria: letture da "Alla ricerca di sé" di T.K.V.Desikachar - conduce Eleonora Fiorini	dom 8 h 10,00/12,00	335 6571924 eleofiorini@gmail.com	Eleonora Fiorini
11	Riano RM	Associazione Onair aps	Via della Repubblica, 38a Riano RM	Incontro - visione del film di Pietro Bretto "Hatha Yoga arte del movimento" premiato a St.Vincent nel 1975 nell'ambito della 33esima rassegna internazionale di cinematografia sportiva. Seguirà pratica diretta e consapevole delle nozioni apprese attraverso la visione Conferenza: relatore Aurelio Levante (ultimo insegnante formato da Bretto prima della sua dipartita) incentrata sul parallelo di come si è trasformato negli anni l'approccio allo yoga. Coltivare Satya è un elemento fondamentale che Bretto ha realizzato nella sua esistenza. Saranno presenti altri allievi/insegnanti che parteciperanno alle riprese del film in questione	sab 7 h 16,00/19,00	339 7079468 aureliolevante7@gmail.com	Aurelio Levante

INIZIATIVE DEI SOCI YANI CAMPANIA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Scafati SA	Associazione Haleakala Armonia e Benessere APS	Via Cesare Battisti, 37 piano 2 Scafati SA	Yoga Raja e Yoga Nidra	lun 2 h 15,00/16,00	338 9745241 Angela Malvone 339 5042377 Lidia Nappi associazionehaleakala@gmail.com	Angela Malvone Lidia Nappi
				Yoga Hatha e Raja	lun 2 h 18,00/19,00		
				Yoga Hatha e Raja Stretching dei meridiani	lun 2 h 18,00/19,00		
				Yoga Hatha e Raja Esercizi di ricarica	lun 2 h 20,00/21,00		
				Yoga del Risveglio	mar 3 h 7,00/8,00		
				Yoga sulla sedia	mar 3 h 9,00/10,00		
				Yoga della Supercoscienza	mar 2 h 10,00/11,00		
				Yoga Raja	mar 3 h 15,00/16,00		
				Yoga Hatha - Lo yoga del corpo	mar 3 h 18,00/19,00		
				Yoga Raja e Yoga Nidra	mer 4 h 10,00/11,00		
				Yoga Raja e Yoga Nidra	mer 4 h 15,00/16,00		
				Yoga Hatha e Raja Esercizi di ricarica	mer 4 h 18,00/19,00		
				Yoga Raja	mer 4 h 20,00/21,00		
				Yoga del Risveglio	gio 5 h 7,00/8,00		
				Yoga Senior	gio 5 h 9,00/10,00		
				Yoga della Supercoscienza	gio 5 h 10,00/11,00		
				Yoga Hatha - Lo yoga del corpo	gio 5 h 15,00/16,00		
				Yoga Raja	gio 5 h 18,00/19,00		
				Yoga Raja e Yoga Nidra	ven 6 h 10,00/11,00		
				Yoga Asana di coppia	ven 6 h 11,30/12,30		
				Yoga del Grembo	sab 7 h 9,00/10,00		
Yoga Raja	sab 7 h 10,00/11,00						
Yoga Saluto alla Luna	sab 7 h 12,00/13,00						
Conferenza - I diversi tipi di yoga	sab 7 h 14,00/18,00						
Yoga Bimbi	dom 8 h 10,00/11,00						

INIZIATIVA COMUNE DEL COORDINAMENTO YANI ABRUZZO-MOLISE-PUGLIA-BASILICATA								
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE	
1	Brindisi	Online		La sincerità che trasforma - Parole e pratica durante la presentazione del libro Yoga ormonale per la salute della donna di Dinah Rodrigues	mar 3 h 21,30/22,30	0861 370527 393 9845289 info@centroyap.it	Carla Nataloni	
				Ascoltiamo il corpo con l'onestà di riconoscerne capacità e limiti - Esperienze di Yoga dolce	gio 5 h 21,30/22,30			
2	L'Aquila	Online		La Verità nell'ottuplice sentiero di Patanjali - Conferenza di filosofia e pratica di meditazione	ven 6 h 18,00/19,30			Matilde Mulè
3	L'Aquila	Online		Il Saluto al Sole nella Verità dei Mantra - Pratica fisica dinamica con i bija mantra	dom 8 h 8,30/9,30			Matilde Mulè
4	Teramo	YAP Yoga Studio Teramo - in presenza e Online	Via Raffaele Paolucci, 30 Teramo	La pratica Yoga come spazio di sincerità - Esperienza di Integral Hatha Yoga	sab 7 h 10,00/11,45			Alessandra Cocchi
				Là dove la verità incontra la cura - Esperienza di Yoga accessibile di supporto terapeutico	dom 8 h 10,00/11,45			Alessandra Cocchi
				La pratica Yoga come spazio di sincerità - Esperienza di Integral Hatha Yoga	dom 8 h 17,30/19,15			Elena Di Felice
5	Teramo	YAP Yoga Studio Teramo	Via Raffaele Paolucci, 30 Teramo	Satya in ascolto - Letture e pratiche Yoga per incontrare la verità del corpo e della mente	sab 7 h 17,00/18,30		Donatella Valente	
6		YAP Integral Yoga Centre Teramo	Vicolo Carlo Marconi, 18 Teramo	La Verità che brilla dentro - Pratica di Integral Yoga Bimbe/i 3-5 anni	sab 7 h 16,00/16,45		Alessandra Zancocchia	
				La Verità che brilla dentro - Pratica di Integral Yoga Bimbe/i 6-9 anni	sab 7 h 17,00/18,00		Alessandra Zancocchia	
				La verità che brilla dentro - Pratica di Integral Yoga Ragazze 10-13 anni	sab 7 h 18,30/19,30		Alessandra Zancocchia	

INIZIATIVE DEI SOCI YANI SARDEGNA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Cagliari	Dojo Musubi No Kai	Via Newton, 12 - Cagliari	Pratica di Pranayama e a seguire pratica di Yoga - si può aderire a entrambe o separatamente	mar 3 h 20,00/21,30	393 5553133 laudani.daniela@gmail.com	Daniela Laudani
				Lezione di Yoga	gio 5 h 19,00/20,00		
2		YogaLab	Via Falletti, 2 Cagliari	Parliamo di Yoga e pratichiamo Yoga	ven 6 h 17,00/19,00		
3		Parco di Monteclaro	Ritrovo parcheggi del Parco di Monteclaro Cagliari	Yogatrekking - insieme per praticare nella Natura	dom 8 h 9,00/16,00		
4	Quartu S.Elena CA	BS Wellness Center	Via Turati, 5D Quartu S.Elena CA	Lezioni di Yoga	sab 7 h 9,00/10,00	340 2723474 (solo whatsapp) lasaladiyoga@outlook.it	Flavia Valentini
					sab 7 h 10,30/11,30		
INIZIATIVE DEI SOCI YANI SICILIA							
N°	LOCALITA'	CENTRO	INDIRIZZO	ATTIVITA'	DATA E ORARIO	RECAPITI	REFERENTE
1	Catania	AC Triguna	Via Ronchi, 7 Catania	Il potere della parola negli Yoga Sutra: una riflessione su Satya - Nelle lezioni di Satyananda Yoga dedicate al tema di quest'anno - Satya - proporremo una breve riflessione sul significato di Satya secondo gli Yoga Sutra di Patanjali (II.30 e II.36). Approfondiremo il valore della parola come forza creativa e responsabile, e il legame tra verità, pensiero e linguaggio: Satya non è solo dire la verità, ma armonizzare ciò che pensiamo, ciò che diciamo e ciò che facciamo. La pratica includerà un momento di contemplazione guidata su questo principio, integrato ad asana, respiro e Yoga Nidra secondo l'approccio del Satyananda Yoga - conduce Judith Listte	lun 2 h 19,00/20,30 mer 4 h 19,00/20,30	339 8656351 info@studiotriguna.com	Judith Listte