

Yoga Flow www.yogaflow.it summer events 2009



Domenica 24 maggio
in P.zza Navona
a Roma
dalle ore 14 alle 15
YOGA FLOW
J. Claudia Nizza

YogaFestival, in collaborazione con YogaAid e Centro Odaka, presenta una giornata di Yoga in Piazza, una occasione straordinaria e mai vista prima di provare a praticare Yoga, scoprire le pratiche, conoscere Maestri in una giornata aperta a tutti, principianti e praticanti, uniti dalla passione per questa disciplina portentosa. Vi aspettiamo numerosi e attivi, sarà una giornata indimenticabile!



Venerdì 5 giugno
Villa Pamphili - Roma
Cascina Farsetti
ore 17 atelier
"Gli Asana del qui e ora"
di J. Claudia Nizza
ore 19 performance
descrittiva di una lezione
di Yoga Flow
di J. Claudia Nizza
e dei suoi allievi

Questo atelier è dedicato in particolare allo studio degli asana per entrare nella consapevolezza del "qui e ora": dalla danza si impara a sviluppare coreografie di yoga che rendono sempre varia e divertente la lezione con la musica; dalle arti marziali si impara a riconoscere che il vero avversario è dentro di noi e con la pratica ci addestriamo a disarmarlo persuadendolo a non nuocerci.



mycupofteacreativespace
via del babuino 65
00187 roma
tel. 0632651061
www.mycupoftea.it

Venerdì 12 giugno
ore 19
Yoga Flow cocktail-tea
presentazione di un corso
estivo di Yoga Flow
negli spazi di my
che partirà dalla penultima
settimana di giugno
fino a settembre
condotto da J.C. Nizza

Nella sempre meno deserta estate romana è nata l'esigenza di dedicare più tempo alla pratica yoga: tenderemo di offrire semplici lezioni di gruppo dove tutte le età saranno benvenute. Durante il cocktail J. Claudia Nizza spiegherà in che cosa consiste la pratica di Yoga Flow e incontrerà volentieri tutti coloro che saranno interessati a farle delle domande.



www.villaggioilgabbiano.com
Tropea - Capo Vaticano
Tel. 0963 663 159

Dal 19 al 26 settembre
one week Yoga Flow
retreat
Nello splendido villaggio
sul mare di Capo
Vaticano un'offerta
davvero conveniente per
chi vuole praticare
tutti i giorni Yoga Flow

Al prezzo di 590 Euro l'insegnante J. Claudia Nizza vi invita a partecipare alle sue lezioni quotidiane sapendo che avrete incluso in questo budget le lezioni Yoga Flow, 7 notti di soggiorno in appartamenti a 2 camere, pensione completa (il cibo è di ottima qualità) e tutte le strutture in spiaggia e in piscina che il villaggio offre, immerso in una vegetazione caraibica!



per info e prenotazioni **338 56 53 872**

