

# PROGRAMMA PROGRAMM

## YOGA MEETING

### Sabato 22 aprile | Samstag 22. April

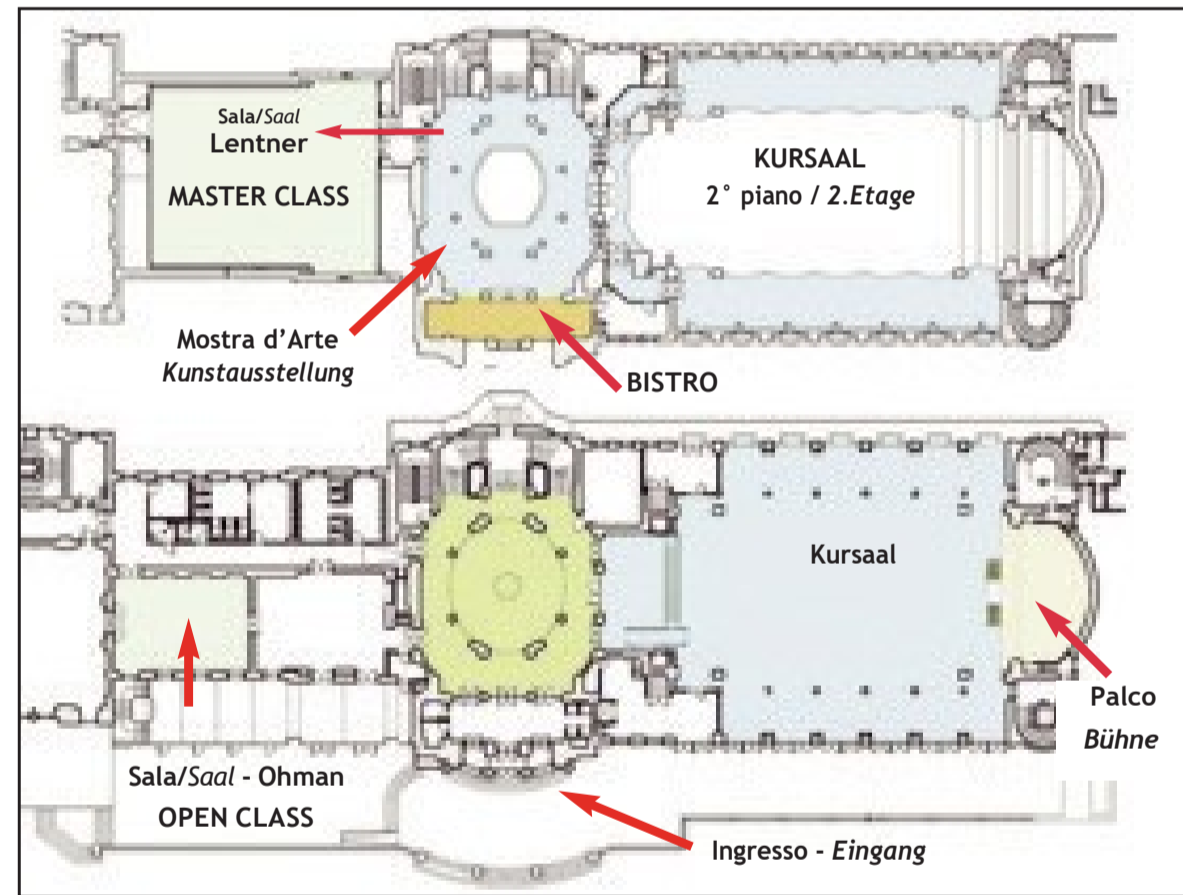
Sala/Orario Saal/Uhrzeit	Conduce Leitung	Tradizione Veranstaltungsart	Titolo Titel	Costo Preis
Lentner 9.15 / 11.00	Chiara Travisi	Iyengar Yoga	Agire consapevole, ragionevole sforzo e rispetto del corpo. <i>Bewusstes Handeln, angemessene Anstrengung und Respekt vor dem Körper</i>	€ 30,00
Ohmann 9.15 / 11.00	Walter Thirak Ruta	Hatha Yoga	E' nata prima la gioia o la dispassione? <i>Was kam zuerst: Die Freude oder die Depression?</i>	€ 30,00
Ohmann 11.10 / 12.00	Debora Costa	Yoga Family	Yoga Family - La gioia di giocare a Yoga <i>Yoga Family - Die Freude, mit Yoga zu spielen</i>	Carnet € 10,00
Lentner 11.15 / 13.00	Ram Rattan Singh	Kundalini Yoga	Ritrovare la felicità incondizionata <i>Bedingungslose Lebensfreude wiederfinden</i>	€ 30,00
Kursaal 11.30 / 12.30	Elisa Moratello	Tea Teaps	Ai piedi dell'Himalaya - degustazione di tè da Nepal a Darjeeling <i>Am Fuße des Himalaya - Tee-Verkostung von Nepal bis Darjeeling</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Ohmann 12.10 / 13.00	Debora Costa	Hatha Vinyasa Yoga	La gioia nasce dentro di noi per essere condivisa <i>Die Freude wächst in uns, um geteilt zu werden</i>	Carnet € 10,00
Lentner 13.15 / 15.00	Maurizio Morelli	Hatha Yoga	La gioia spontanea priva di oggetto <i>Spontane und grundlose Freude</i>	€ 30,00
Ohmann 13.10 / 14.00	Elisabeth Mair	Hatha Vinyasa Yoga	Flusso creativo con Vinyasa Yoga <i>Im kreativen Fluss mit Vinyasa Yoga</i>	Carnet € 10,00
Kursaal 14.30 / 15.30	Alinka Volcan	Associazione Ayurveda	L'Ayurveda: conoscenza millenaria per vivere in salute nella Gioia <i>Ayurveda: Jahrtausendaltes Bewusstsein für ein freudvolles, gesundes Leben</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Ohmann 14.10 / 15.00	Italo Bertolasi Ginevra Sanguigno	Clown One Italia Onluss	Corpo che ride <i>Der lachende Körper</i>	Carnet € 10,00
Lentner 15.15 / 17.00	Arelly Torres	Yin Yoga	Nutrire la contentezza nella pratica yin <i>Zufriedenheit mit der YIN-Praxis nähren</i>	€ 30,00
Ohmann 15.10 / 16.00	Myriam Magnoni	Yoga4 Climbers	Rock your body	Carnet € 10,00
Kursaal 16.00 / 17.00	Carla Nataloni	Yoga Ormonale	Presentazione del libro: "Yoga Ormonale" di Dinah Rodrigues <i>Buchvorstellung: "Hormonelles Yoga", von Dinah Rodrigues</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Ohmann 16.10 / 17.00	Andreas Beck	Meditazione di Trasmissione	Meditazione di Trasmissione <i>Die Meditation des Weitergebens</i>	Carnet € 10,00
Ohmann 17.10 / 18.00	Giancarlo Sideri	Yoga Tradizionale	Riequilibrio posturale con lo Yoga <i>Die Körperhaltung im Gleichgewicht - mit Yoga</i>	Carnet € 10,00
Lentner 17.15 / 19.00	Thea Crudi	Mantra Yoga	Mantra, chakra ed energia vitale <i>Mantra, Chakra und Lebensenergie</i>	€ 30,00
Ohmann 18.00 / 19.30	Camilla Pusateri	Vinyasa Yoga	Vinyasa Joyful Flow	€ 25,00
Kusaal 18.00 / 19.30	gruppo Atman Kirtan	Kirtan	Concerto del gruppo ATMAN KIRTAN <i>Konzert der Gruppe ATMAN KIRTAN</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Terme 19.00 / 21.00	Italo Bertolasi	Watsu	Watsu di gioia alle terme di Merano <i>Watsu: Die Freude in den Meraner Thermen</i>	€ 40,00

### GREEN YOGA - Sabato 22 aprile | Samstag 22. April

Sala/Orario Saal/Uhrzeit	Conduce Leitung	Tradizione Veranstaltungsart	Titolo Titel	Costo Preis
Kurhaus 10.00 / 11.45	Emanuela Martini	Nordic Walking	Introduzione all'uso funzionale dei bastoncini <i>Einführung in die Verwendung der Yoga-Stäbe</i>	€ 20,00
Kurhaus 10.00 / 11.45	Katia Nicoletti	Forest Bathing	La natura come gioiosa cura <i>Die Natur als freudvolle Heilerin</i>	€ 20,00
Terme 19.00 / 21.00	Italo Bertolasi	Woga	Watsu: la gioia alle Terme di Merano <i>Watsu: Die Freude in den Meraner Thermen</i>	€ 40,00

### GREEN YOGA - Domenica 23 aprile | Samstag 23. April

Kurhaus 10.00 / 11.45	Emanuela Martini	Nordic Walking	Ritmo e controllo della tecnica N.W. <i>Rhythmus und Kontrolle der Technik N.W.</i>	€ 20,00
--------------------------	------------------	----------------	----------------------------------------------------------------------------------------	---------



### Domenica 23 aprile | Sonntag 23. April

Sala/Orario Saal/Uhrzeit	Conduce Leitung	Tradizione Veranstaltungsart	Titolo Titel	Costo Preis
Lentner 9.15 / 11.00	Chiara Travisi	Iyengar Yoga	Agire consapevole, ragionevole sforzo e rispetto del corpo. <i>Bewusstes Handeln, angemessene Anstrengung und Respekt vor dem Körper</i>	€ 30,00
Ohmann 9.15 / 10.45	Camilla Vigorelli	Kriya Hatha Yoga	Verso camatkarasana, l'estatico dispiegarsi del cuore <i>Mit Camatkarasana die ekstatische Entzückung des Herzens entfalten</i>	€ 25,00
Ohmann 11.00 / 11.50	Emina Cevro Vukovic	Yoga Ratna	Yoga Family	Carnet € 10,00
Lentner 11.15 / 13.00	Maurizio Morelli	Hatha Yoga	Conoscenza silenziosa nella gioia spontanea priva di oggetto <i>Stilles Bewusstsein in der grundlosen und spontanen Freude</i>	€ 30,00
Kursaal 11.30 / 12.30	Ginevra Sanguigno Italo Bertolasi	Arte della Cura	Nella gioia del dare e ricevere <i>Von der Freude des Gebens und Nehmens</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Ohmann 12.00 / 12.50	Gloria Zen	Vinyasa Yoga	Flowing with balance	Carnet € 10,00
Lentner 13.15 / 15.00	Carla Nataloni	Yoga Ormonale	Uomini, donne, "alleniamo" gli ormoni con lo yoga! <i>Männer und Frauen "trainieren" mit Yoga ihre Hormone!</i>	€ 30,00
Ohmann 13.00 / 13.50	Camilla Vigorelli	Yoga Hatha Flow	L'esplorazione della gioia attraverso il corpo <i>Die Erforschung der Freude durch den Körper</i>	Carnet € 10,00
Ohmann 14.00 / 14.50	Agnes Knottner Dieter Florian	Meditazione	Meditazione <i>Meditation</i>	Carnet € 10,00
Kursaal 14.30 / 15.30	Stefano Cantoni	Biodinamica Craniosacrale	Un tocco delicato per il nostro benessere <i>Ein leerer Geist und das Herz voller Freude</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Lentner 15.15 / 17.00	Gloria Campaner Camilla Pusateri	Yoga & Emotions	Yoga & Emotions	€ 30,00
Ohmann 15.00 / 15.50	Heidi Damian	Hatha Yoga	Yoga oltre l'Asana <i>Yoga: Mehr als Asana-Yoga</i>	Carnet € 10,00
Kursaal 16.00 / 17.00	Alinka Volcan	Associazione Ayurveda	Mente vuota, cuore pieno di Gioia <i>Ein leerer Geist und das Herz voller Freude</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Ohmann 16.00 / 16.50	Premdas Riccardo Morè	Mindfulness Psicomatica	Mindfulness Psicomatica <i>Achtsamkeit und Psychosomatik</i>	Carnet € 10,00
Ohmann 17.00 / 17.50	Miryam Magnoni	Yoga4Climbers	Rock your body	Carnet € 10,00
Kursaal 17.00 / 18.00	Elisa Moratello	Tea Teaps	I colori del tè Armonia di primavera <i>Die Farben des Tees „Harmonie des Frühlings“</i>	Ingresso libero Eintritt Frei
Lentner 17.15 / 19.00	Giulia Manzato	Yoga & Danza	Ghatering & Send! La gioia del movimento <i>Ghatering &amp; Send! Die Freude an der Bewegung</i>	€ 25,00

**Bistrot vegetariano**  
Kursaal 1° piano

**Cuisine of Mine**  
di Niraj Shah

**Vegetarische Bistrot**  
Kursaal 1. Etage

In collaborazione  
In Zusammenarbeit mit:

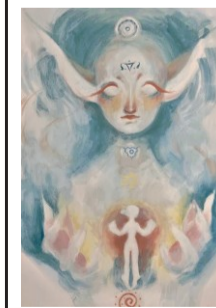


### Yoga Family



Workshop per genitori, bambini e educatori  
*Workshop für Eltern, Kinder und Pädagogen*

Gli studenti della Scuola ARTE E MESSAGGIO di Milano  
*Die Studenten der Mailänder Kunst und Botschaftsschule*



presentano  
la Mostra d'Arte  
präsentieren die  
Kunstausstellung



**La Gioia  
Die Freude**

KURSAAL Ingresso libero - freier Eintritt

Sabato 22 aprile | Sonntag 22. April | Kursaal - Ore/Zeit 18.00

LA GIOIA DEL CANTO IN UNIONE - Atman Kirtan



- GRUPPO „ATMAN KIRTAN“