

Ein Vorgeschmack auf das „Yoga Meeting Meran|o 2019“ in der Messe Bozen

Von 23. bis 25. November, im Rahmen der Herbstmesse und der Fachmesse „Biolife“

Am kommenden Wochenende hält das „Yoga Meeting Meran|o“ Einzug in die Messe Bozen, dank einer Zusammenarbeit mit den Veranstaltern der Herbstmesse und der Fachmesse „Biolife“.

Die Besucher können von 23. bis 25. November an insgesamt neun kostenlosen Yoga-Einheiten teilnehmen. Die Anmeldung zur Teilnahme erfolgt dabei am Messestand der Organisation „Artè“, die im kommenden Frühjahr (5.-7. April) das **9. Yoga Meeting Meran|o** organisiert. Im Rahmen dieses Festivals werden angesehene Yoga-Lehrer aus dem In- und Ausland in Meran über dreißig Klassen und Lehrveranstaltungen abhalten. Der inhaltliche Schwerpunkt ist dabei der Energie gewidmet, beziehungsweise der Frage, wie das Yoga verborgene Energiequellen zu wecken vermag.

Bei der Herbstmesse und der Biolife wird dieser Schwerpunkt von bedeutenden Lehrern dreier verschiedener Yoga-Disziplinen umgesetzt. So wird **Camilla Piantanida** drei Einheiten im Ratna-Yoga leiten, einer besonders tiefgründigen Form des Yogas, die mit kraft- und ruhespendenden Symbolen und Archetypen arbeitet.

Emanuela Ghi ist ihrerseits Lehrerin des Prana-Yoga: Ihre drei Klassen sollen die Muskulatur und die Faszien der Teilnehmer gleichermaßen aktivieren und beruhigen, und dadurch Wohlbefinden, Energie und Ruhe schenken.

Andrea Fugazza wird drei Einheiten im Ashtanga-Vinyasa-Yoga leiten, wobei je eine davon dem Rücken, der Atmung und den inneren Organen gewidmet ist. Das Ashtanga-Vinyasa-Yoga ist kräftigendes Yoga, das Körper und Geist gleichermaßen stärkt.

Associazione ARTE'

