

# Merano

## 8<sup>a</sup> edizione Yoga Meeting Merano Dal 13 al 15 aprile “Yoga Good News”

Dal 13 al 15 aprile **Yoga Meeting Merano** celebra al Kurhaus la sua ottava edizione, con un entusiasmo che si rinnova e una sempre maggiore partecipazione del pubblico attirato dalla qualità e varietà delle sue proposte, sia yoga sia olistiche. Il meeting si propone come un ponte interculturale volto sia a promuovere il grande livello degli insegnanti yoga del Trentino-Alto Adige, sia ad offrire la possibilità ai praticanti yoga di conoscere insegnanti italiani e stranieri portavoce qualificati delle tradizioni yoga più stimate in un weekend di primavera a Merano.

Come sempre, l'evento si rivolge tanto ai praticanti e ai cultori delle discipline olistiche quanto a chi cerca con esse un primo approccio. L'evento ha trovato a Merano, territorio ponte fra culture che ha fatto della qualità della vita e del benessere la propria vocazione, la sua collocazione ideale e in pochi anni la manifestazione non solo si è consolidata nel calendario meranese di appuntamenti ma si è anche guadagnata la reputazione di evento d'eccellenza in Europa e per la qualità dei partecipanti, per i contenuti sempre nuovi e per la sua ambientazione ideale, tra le montagne altoatesine.

### **Il tema di quest'anno: Yoga Good News**

Stimolante il tema di questa edizione: Yoga Good News, una occasione per sottolineare le recenti ricerche scientifiche che testimoniano la validità dello yoga nel combattere lo stress, la depressione e perfino il declino cognitivo degli anziani nonché la capacità dello yoga di favorire il benessere psico-fisico. Durante i due giorni cuore della manifestazione, sabato 14 e domenica 15, alle lezioni yoga seminariali si affiancano numerose open class yoga, conferenze, green workshop e dimostrazioni degli operatori olistici, se ne trova una descrizione dettagliata su [www.yogameeting.org](http://www.yogameeting.org). Il Kurhaus e le sue ampie sale luminose accolgono sia i praticanti yoga esperti sia chi vuol fare una prima esperienza, proponendo classi adatte ai vari livelli. Al desk di accoglienza operatori esperti aiutano a scegliere le esperienze più adatte alle proprie esigenze. Tutti gli insegnamenti sono in tedesco e italiano. Stand informativi delle scuole yoga e dei centri olistici sono a disposizione dei visitatori. Un catering vegano specialmente studiato per favorire l'energia e la leggerezza sarà a disposizione, tra le sue specialità il “cioccolato crudo”.

### **Dalle montagne di Merano alle montagne del Nepal**

Yoga Merano Meeting 2018 appoggia due iniziative benefiche a favore delle ragazze nepalesi:



-il progetto "*Kumari Nepal*" della Clown One Italia Onlus che si prende cura della scolarizzazione di un gruppo di bimbe nepalesi che appartengono a famiglie povere e discriminate,

- *la fondazione Mira Rai Initiative*, nata con il supporto dell'insegnante yoga e atleta Tite Togni, a favore delle ragazze nepalesi che vogliono affacciarsi al Trial running e allo yoga. Mira Rai è una giovane vincente atleta nepalese, un esempio luminoso, la fondazione vuole offrire alle donne nepalesi, estremamente penalizzate, nuove opportunità.

*Al Meeting si troverà la documentazione anche fotografica sui due progetti e la possibilità di contribuire alla loro realizzazione*

## **I maestri yoga**

Yoga Meeting Merano è una occasione ormai tradizionale per conoscere stimati maestri stranieri e italiani. Partecipano quest'anno Ria Dyaljot dalla Spagna, Marion Brings da Berlino, Frank Schuler da Colonia. Gli italiani invitati a tenere le lezioni seminariali nella quasi totalità dirigono scuole di formazione, come i conosciutissimi e amati maestri Antonio Nuzzo, hatha yoga, e Piero Vivarelli, ausara yoga, che terranno più master class così come Frank Schuler, organizzatore di yoga festival in Germania e maestro che ama il vinyasa e la parte filosofica dello yoga Tite Togni, atleta, oltre che insegnante yoga nella tradizione Iyengar, ideatrice del programma Yoga for runners, porta al Meeting uno yoga che aiuta lo sport, Barbara Woehler si rivolge alle esigenze specifiche delle donne. Marion Inderst e Marcella Tanchis sono il volto appassionato e dinamico dello yoga. Ria Dyaljot insegna la tradizione del Kundalini yoga, che affronta con rigore scientifico. Clemi Tedeschi, samatva yoga, propone agli adulti la piacevole esperienza di una classe per bambini, per riscoprire il proprio gioioso bimbo interiore. Pierluigi Crespi, raja yoga, e Marion Brings, pranayoga, focalizzano il ruolo rigenerante del respiro, Birgit Künzli, yin yoga, offre una esperienza lenta, tranquilla, serena. Giulia Moiraghi, fenomeno yoga, e Gioia Lussana, yoga tantrico kashmiro invitano ad una attenzione profonda. Italo Bertolasi e Monica Marcangeli alle Terme di Merano offrono terapeutiche ed rilassanti sessioni di watsu, Emanuela Martini insegna a meditare attraverso la pratica del Nordic Walking.

## **Yoga Meeting Merano in numeri**

15	Master Class
10	Workshop
5	Workshop Green Yoga
15	Conferenze
2	Concerti
1	Mostra d'Arte
1	Ristorante Vegano-Vegetariano

## **Per ulteriori informazioni**

Sulla manifestazione: Associazione Artè, tel 02 58113382 [infoarteyoga@gmail.com](mailto:infoarteyoga@gmail.com) - [www.yogameeting.org](http://www.yogameeting.org)

Sulla città di Merano: Azienda di Soggiorno di Merano, tel 0473 272000 [info@merano.eu](mailto:info@merano.eu) - [www.merano.eu](http://www.merano.eu)



STADTGEMEINDE MERAN  
COMUNE DI MERANO

Kurverwaltung Meran  
Azienda di Cura, Soggiorno e Turismo  
Tourist Authority  
Syndicat d'Initiative

39012 MERANO/O (BZ)  
Freiheitsstraße 45, corso Libertà  
Tel. +39 0473 272000  
Fax +39 0473 235524

[info@merano.eu](mailto:info@merano.eu)  
[info@merano.eu](mailto:info@merano.eu)  
[www.merano.eu](http://www.merano.eu)

Associazione ARTE'



Mwst. Nr.:  
Nr. Part. IVA:  
00197440217