

Scheda di iscrizione

Nome \_\_\_\_\_

Cognome \_\_\_\_\_

Data di nascita \_\_\_\_\_

Indirizzo \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Tel \_\_\_\_\_

Acconto Euro \_\_\_\_\_

Assegno numero \_\_\_\_\_

Banca \_\_\_\_\_

Seminario con \_\_\_\_\_

Eventuali comunicazioni

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Desidera alloggiare con

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Data \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_

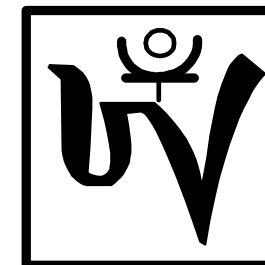
SEMINARI ESTIVI 2012

di

**YOGA**

**Boris Tatzky 22 - 27 luglio**  
**Alberta Biressi 29 luglio - 3 agosto**

Centro Comunitario  
Celleno (VT)



Alberta Biressi tel 06.64530685  
cel. 339.1279335

[www.albertacorsiyoga.it](http://www.albertacorsiyoga.it)  
[info@albertacorsiyoga.it](mailto:info@albertacorsiyoga.it)

22 - 27 luglio 2012

### Controllare le nostre energie

Secondo lo Hatha - Yoga Pradīpikā prendere coscienza delle nostre energie vitali per migliorarne il controllo, rappresenta una fonte di progresso interiore.

Nella nostra pratica stabiliremo una coordinazione tra le posture, il respiro, i suoni, i sigilli e le diverse modalità di meditazione.

Regolando così la nostra vitalità ci avvicineremo a una piena coscienza d'essere.

-----  
**29 luglio - 3 agosto 2012**

### Asana e Dhyana

La pratica delle posture equilibra il corpo e la nostra vitalità. La meditazione equilibra la mente e apre alla dimensione spirituale.

Faremo esperienza della inter-dipendenza dei due momenti di pratica.

-----  
Il seminario con Boris inizia domenica 22 luglio alle h. 16.30 e termina venerdì 27 luglio con il pranzo.

Il seminario con Alberta inizia domenica 29 luglio e termina venerdì 3 agosto con il pranzo.

Ci ospiterà il Centro Comunitario Via Roma 5, 01020 Celleno (VT)

Tel. 0761.912275

www.conventocelleno.it

### Modalità di iscrizione

#### **22-27 luglio**

- € 685 (€ 655 allievi SFIDY)

La quota comprende la partecipazione al corso e la pensione completa.

Sistemazione in camera doppia con bagno.

Docce in comune.

#### **29-3 agosto**

- € 600 (€ 560 allievi SFIDY)

La quota comprende la partecipazione al corso e la pensione completa.

Sistemazione in camera doppia con bagno.

Docce in comune.

#### **Pagamento**

- Acconto di € 300 all'iscrizione
- Saldo in loco

#### **Iscrizioni**

Inviare la scheda retrostante compilata in stampatello a:

Alberta Biressi

Largo Nearco 18-00124 Roma

Allegando assegno bancario o circolare non trasferibile intestato a: Alberta Biressi per l'importo dell'acconto. Prima dell'iscrizione chiedere telefonicamente conferma della disponibilità dei posti.

#### **Rinunce Penali**

Entro il 4/07 penale € 100

oltre il 4/07 non è previsto nessun rimborso

### Il luogo

Celleno, antico borgo medievale, è all'incrocio di tre regioni: Lazio, Umbria e Toscana, e di tre civiltà: etrusca, latina, cristiana, al centro di una terra che ha conservato i caratteri naturali, paesaggistici e ambientali di un tempo. Il Centro Comunitario ha sede nell'ex Convento di san Giovanni Battista, all'ingresso dell'abitato di Celleno vecchio. Il complesso, completamente restaurato, è gestito da alcune famiglie che vivono un'esperienza comunitaria ispirata ai valori della solidarietà umana.

### Gli insegnanti

**Alberta Biressi:** pratica yoga dal 1979.

Allieva di Boris Tatzky dal 1985 ha seguito il corso triennale di Yoga dell'Energia a Lione e diversi stage estivi.

Diplomata presso l'Associazione Nazionale Yoga nel 1986. Attualmente insegna presso:

- la Scuola di Formazione all'Insegnamento dello Yoga di Milano (SFIDY)

- l'A.Me.Co (Associazione Meditazione di Consapevolezza) di Roma, dove segue anche corsi di Meditazione Vipassana con Corrado Pensa e Neva Papachristou

- in Casalpalocco - Roma tiene corsi individuali e di gruppo.

**Boris Tatzky:** Scopre lo yoga grazie all'incontro con Roger Clerc e continua a perfezionare la sua formazione con dei soggiorni di studio in India.

E' formatore di insegnanti in diverse scuole europee e direttore delle Scuole di yoga del Sud-Est della Francia e di Lione dove, con i suoi collaboratori, è impegnato nella ricerca di una pedagogia europea rispettosa delle sorgenti indiane. Organizza dei congressi internazionali che unificano i grandi movimenti dello Yoga.