

Progetto

Corsi di Yoga nel Parco della Cellulosa



Foto: Pineta Grande – lungo il percorso podistico; Pineta Piccola

Descrizione

Istituzione di corsi di Yoga nel Parco della Cellulosa, con lo scopo di avviare un percorso culturale di crescita ed evoluzione dell'individuo, al fine di contribuire alla formazione di una società dove le persone vivano in un clima di sintonia e solidarietà, le une con le altre, e con l'ambiente.

Obiettivi

- ❖ Realizzazione di un corso di yoga serio e qualificato, nel rispetto della scienza stessa dello yoga e della purezza degli insegnamenti
- ❖ Sostenere l'utilizzo del parco, negli spazi già conquistati all'uso pubblico, valorizzando il progetto di recupero e l'acquisizione dell'intera area del Monumento Naturale Parco della Cellulosa
- ❖ Contribuire allo scambio interculturale tra le persone, i gruppi o associazioni che partecipano alla vita del parco, condividendo la filosofia dell'India, gli usi e costumi e la Tecnologia dello Yoga
- ❖ Contribuire a sostenere il progetto di riqualificazione del parco e degli edifici ivi siti



Corso di yoga gratuito

Il Corso di Yoga gratuito, è rivolto a tutte le persone che frequentano il parco ed è a cadenza mensile*.

Sarà effettuato preferibilmente negli spazi aperti del parco, se le condizioni del tempo lo permettono. Oppure potrà essere svolto nei locali disponibili e più idonei all'attività.

Gli appuntamenti saranno resi noti attraverso la pubblicazione nei siti:

- ❖ www.parcodellacellulosa.it
- ❖ www.equilibrioyoga.it

Chi volesse ricevere direttamente la comunicazione dell'appuntamento per la lezione, può inviarne richiesta esplicita alla casella di posta elettronica: guruniyamkaur@yahoo.it

La cadenza mensile è puramente indicativa, potrà essere riadattata in funzione dell'adesione dei partecipanti all'ultima lezione. Comunque saranno effettuate **circa 10 lezioni annue. Preferibilmente, si svolgeranno il sabato pomeriggio, con una durata di **90 minuti**.*

Il progetto è **attivo da Luglio del 2009**.

