

DAL MONDO



**Secondo festival internazionale Bordighera -15/16 giugno**

Due giorni di lezioni gratuite per avvicinarsi allo spirito Odaka Yoga accompagnati dal fluire delle onde del mare.

Bordighera, una città meravigliosa affacciata sul mare, ricca di testimonianze storiche del passato, e caratterizzata da splendidi parchi naturali, ospiterà Yogaland, l'evento Yoga di Odaka.

Il festival si svolgerà in location differenti per coinvolgere tutta la città:

**Giardini Lowe:** per tutti i praticanti, neofiti ed esperti

**Chiosco della musica:** dedicato a bambini e agli over 70

**Spiaggia:** DJ set sabato sera. La pratica avrà luogo dalle 10.00 alle 19.00 con sessioni di asana, pranayama e meditazione dedicate a: sport acquatici, surf, kite surf, corsa, arrampicata, e molto altro ancora.

Il programma completo delle lezioni e le informazioni sulle possibilità di alloggio e sui collegamenti sono disponibili sul sito ufficiale dell'evento:

per saperne di più

**Odaka Yoga®**

W uno tra i più importanti stili internazionali di Yoga con oltre 70 sedi nel mondo; è tra le prime scuole italiane ad aver firmato il protocollo con Csen, Coni e Yoga Alliance, per il riconoscimento professionale di insegnanti e istruttori di "ginnastica yoga".

[www.yogalandodaka.com](http://www.yogalandodaka.com)

Lo stile fluido di Odaka abbraccia la tradizione Yoga offrendo una tecnica contemporanea, nel pieno rispetto della tradizione. Un approccio ad ampio raggio che, prendendo spunto dall'osservazione dei moti oceanici, in sinergia con la capacità di convogliare l'energia interiore tipica delle arti marziali, esalta

ta il fluire della vita consapevole, ricca di gioia e forza interiore.\*



foto: Claudio Gavioli



- 1 | Bordighera
- 2 | Odaka
- 3 | Yogaland



**2° FESTIVAL INTERNAZIONALE ODAKA YOGA®**

**BORDIGHERA (IM) 15-16 giugno 2019**

**Due giorni di pratica Yoga gratuita aperta al pubblico**

**Ispirato alle onde dell'oceano**

*Chiunque può respirare. Dunque chiunque può praticare yoga. T.K.V. Desikachar*



[www.yogalandodaka.com](http://www.yogalandodaka.com)

Durante le giornate potrete sperimentare diverse tipologie di Yoga adatte a qualsiasi livello di pratica ed età. **Pranayama Flow, Warrior Mind, Yoga Kids...** Programma disponibile sul sito.

