

Torna YogaFestival a Milano

di Cristina T. Chiochia

Lo Yoga torna, dopo varie parentesi in remoto, finalmente in presenza e sul tema accattivante dell'ascolto e della pace. E l'arrivo del diciassettesimo YogaFestival milanese al superstudio più dal 30 al 2 ottobre 2022, lo dimostra. Un evento che si è sempre palesato per i suoi grandi numeri: ben oltre le 13.000 partecipanti nelle scorse edizioni in presenza).

Torna lo yoga con i maestri più accreditati a livello internazionale in ben oltre 50 *freeclass* aperte davvero a tutti con ben 44 eventi per chi è all'inizio della pratica o semplice curioso fino ad arrivare al vero esperto. Inoltre *stands* e *special guest* tra cui Sara Bigatti.

Come recita il comunicato stampa: "Nella sua 17° edizione, l'appuntamento annuale più atteso da tutti gli yogi e gli appassionati, italiani e non solo, propone come nuovo tema conduttore la capacità di essere IN ASCOLTO, di noi stessi e degli altri, imperativo per accogliere e vivere la vita con gioiosa consapevolezza.

Le 3 giornate proposte da YogaFestival Milano saranno un'occasione unica per ascoltare e vivere quello che i migliori insegnanti e maestri hanno da trasmettere per rasserenare la mente e donarci una visione più ampia della vita, indicando, appunto, come restare IN ASCOLTO. La pratica dello Yoga (e la sua esplosione particolare in questi ultimi 2 anni e mezzo così difficili lo dimostra ulteriormente) può significativamente liberarci verso una pace e un equilibrio interiori che mai come nei nostri tempi diventano preziosi: divulgare questi benefici fa parte ormai da quasi 20 anni della mission di YogaFestival. Concludendo insomma, proprio perché lo yoga insegna a modificare attraverso la percezione del corpo e la respirazione ciò che non può essere modificato o a stimolare e cambiare ciò che invece può esserlo, grazie a un grande evento, come quello milanese, sarà possibile farne esperienza.

yo
ga

festival
milano
2022 #17

30 settembre

1|2 ottobre

SuperstudioPiù
via Tortona 27
Milano

www.yogafestival.it



YOGA
FESTIVAL

in ascolto

