

**La kermesse** Domani dalle 8 alle 23

## Treviso, yoga day: meditazione, relax e benessere

Più di 450 persone sono attese domani, con i tappetini sottobraccio, in piazza dell'Università a Treviso, per il primo «Treviso Yoga Day». Ispirato alle più importanti giornate mondiali dello yoga, quelle di New York e Madrid in particolare, l'evento si propone come una giornata dedicata al benessere, con l'opportunità di avvicinarsi alla «scienza dell'anima» guidati da insegnanti qualificati, attraverso pratiche e workshop gratuiti, con inizio alle 8 e termine alle 23.

Una giornata di yoga per tutti: bambini e anziani, donne e uomini, senza limiti di età. Per scoprire una

sta avvicinando allo yoga e sperimenta la concreta possibilità, oltre che di fortificare il proprio fisico e avere una salute migliore, di potenziare le proprie qualità interiori e sviluppare una visione più positiva della vita».

L'iniziativa, inserita nella settimana dello Sport e della Consapevolezza (9-14 settembre), è promossa dall'Assessorato allo Sport del Comune di Treviso e prevede numerosi appuntamenti. Dalla tavola

### In piazza

Più di 450 amanti dello yoga in arrivo



disciplina globale che addestra il corpo con gentilezza, per elevare la mente e, soprattutto, per aprire il cuore a sentimenti di gioia, armonia, pace, devozione. «Con questa giornata vorremmo riuscire a mettere un seme di benessere nel cuore della città di Treviso e regalare momenti di gioia alle persone che domenica 14 verranno a trovarci - afferma Lorena Trabucco Yoko del Centro Yoga Yoko a nome di tutte le associazioni aderenti -. Moltissima gente in questo periodo di grandi "prove" si

rotonda «Consapevolezza in espansione» (ore 15.30, auditorium S. Croce) con la partecipazione, tra gli altri, di Attilio Piazza, uno dei più autorevoli formatori di counseling meditativo spirituale e di costellazioni familiari in Italia; agli spettacoli e al laboratorio di disegno per bambini, fino al concerto di chiusura dei Tantra Tribe Unlimited (dalle ore 21, piazza dell'Università).

Per maggiori informazioni e per iscriversi all'evento: [www.yogadaytv.com](http://www.yogadaytv.com)

© RIPRODUZIONE RISERVATA

