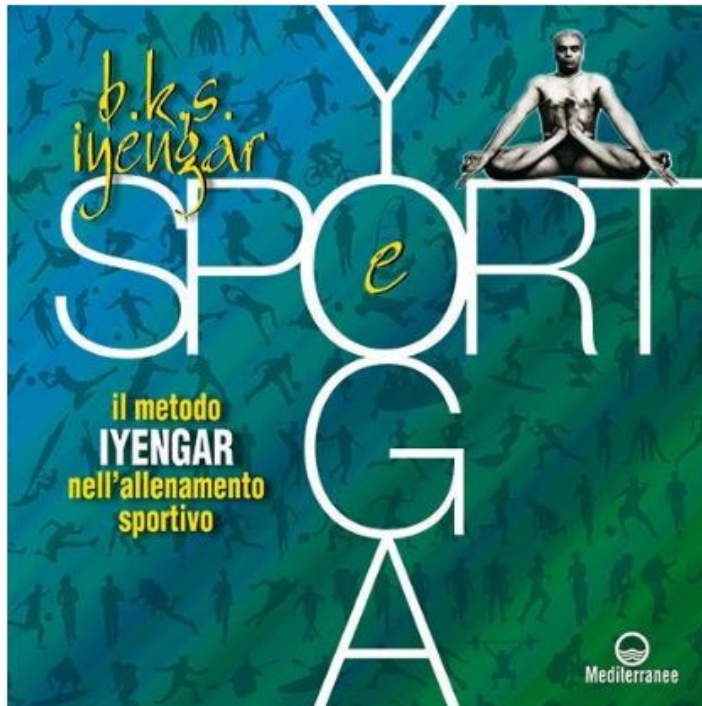


YOGA DAY Lunedì 12 giugno 2017 - 17:03

## Yoga e sport: presentazione dell'ultimo libro di Iyengar a Roma

Il 19 giugno all'Ambasciata indiana con maratoneta Calcaterra



Roma, 12 giu. (asknews) – Lo yoga può esercitare un ruolo fondamentale per aumentare l'abilità di un atleta, sia che si tratti di un dilettante che di un professionista. Da come prevenire gli infortuni a come gestire lo stress di una gara, da come migliorare l'elasticità della muscolatura a come potenziare la resistenza fisica e la concentrazione: sono questi alcuni argomenti del libro "Yoga e Sport", scritto dal maestro B.K.S Iyengar negli ultimi anni della sua vita trattati anche attraverso specifiche sequenze di asana, illustrate con foto e dettagliate spiegazioni.

Il volume che esce per la prima volta nel nostro paese tradotto in italiano, a cura delle Edizioni Mediterranee e con la collaborazione della Light on Yoga Italia – Associazione Italiana di Iyengar Yoga, sarà presentato nell'ambito delle iniziative della Giornata Internazionale dello Yoga 2017 lunedì 19 giugno alle 17.30 presso l'Ambasciata indiana (Via XX Settembre) a Roma.

Interverranno: Gabriella Giubilaro, insegnante Senior Advanced di Iyengar Yoga, curatrice dell'edizione italiana di Yoga&Sport, Gianni Canonico (Edizioni Mediterranee), Giorgio Calcaterra, ultramaratoneta, vincitore del titolo di campione del mondo nella 100 km di ultramaratona e per 12 volte consecutive della 100 km del Passatore, Tite Togni, insegnante di Iyengar Yoga, runner, due volte vincitrice di categoria della maratona di Mumbai, Luigia Bertelli, insegnante di Iyengar Yoga e traduttrice del libro Yoga&Sport.

Alle 19 seguirà un'open class dimostrativa condotta da Gabriella Giubilaro. Per iscriversi alla lezione inviare una mail a [info.wing@indianembassy.it](mailto:info.wing@indianembassy.it)



directline.it

### POLIZZA AUTO CO!

Risparmia sulla POLIZZA.  
In più un **volo gratis A/R** per l'Europa con **Volagratis**.

**FAI UN PREVENTIVO**

Fino al 21/01/17. Offerta soggetta a restrizioni. Prima di sottoscrivere leggi Regolamento e Fascicolo Informativo su [directline.it](http://directline.it)

Consiglio Regionale

TG Web Lombardia

## VIDEO



The Fork con Identità Golose per prenotare ristoranti gourmet



Bacchetta: sensibilizzare turisti sulla conservazione delle coste



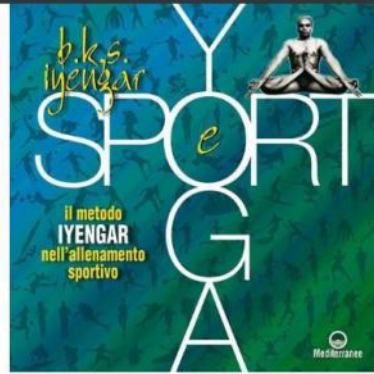
Usa, Sessions nega collusioni con la Russia: una odiosa bugia



Finanza, come funzionano i Pir (Piani Individuali di risparmio)

## Yoga e sport: presentazione dell'ultimo libro di Iyengar a Roma

askanevs Cus  
Askanevs 12 giugno 2017



Roma, 12 giu. (askanevs) - Lo yoga può esercitare un ruolo fondamentale per aumentare l'abilità di un atleta, sia che si tratti di un dilettante che di un professionista. Da come prevenire gli infortuni a come gestire lo stress di una gara, da come migliorare l'elasticità della muscolatura a come potenziare la resistenza fisica e la concentrazione: sono questi alcuni argomenti del libro "Yoga e Sport", scritto dal maestro B. K. S. Iyengar negli ultimi anni della sua vita trattati anche attraverso specifiche sequenze di asana, illustrate con foto e dettagliate spiegazioni.

Il volume che esce per la prima volta nel nostro paese tradotto in italiano, a cura delle Edizioni Mediterranee e con la collaborazione della Light on Yoga Italia - Associazione Italiana di Iyengar Yoga, sarà presentato nell'ambito delle iniziative della Giornata Internazionale dello Yoga 2017 lunedì 19 giugno alle 17.30 presso l'Ambasciata indiana (Via XX Settembre) a Roma.

Interrranno: Gabriella Giubilaro, insegnante Senior Advanced di Iyengar Yoga, curatrice dell'edizione italiana di Yoga&Sport, Gianni Canonico (Edizioni Mediterranee), Giorgio Calaterra, ultramaratoneta, vincitore del titolo di campione del mondo nella 100 km di ultramaratona e per 12 volte consecutive della 100 km del Passatore, Tite Togni, insegnante di Iyengar Yoga, runner, due volte vincitrice di categoria della maratona di Mumbai, Luigia Bertelli, insegnante di Iyengar Yoga e traduttrice del libro Yoga&Sport.

Alle 19 seguirà un'open class dimostrativa condotta da Gabriella Giubilaro. Per iscriversi alla lezione inviare una mail a [info.wing@indianembassy.it](mailto:info.wing@indianembassy.it)





FISHER INVESTMENTS ITALIA

Clicca qui per scaricare la tua guida!

Mercoledì, 14 Giugno 2017 - Ultimo aggiornamento alle 01:00

# LA PREALPINA

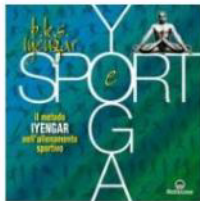
Italia • Esteri • Varese • Busto Valle Olona • Gallarate Malpensa • Saronno Tradate • Valli e Laghi • Legnano Alto Milanese

Roma | 12-06-2017

Yoga Day

## Yoga e sport: presentazione dell'ultimo libro di Iyengar a Roma

Il 19 giugno all'Ambasciata indiana con maratoneta Calcaterra



Roma, 12 giu. (askanews) - Lo yoga può esercitare un ruolo fondamentale per aumentare l'abilità di un atleta, sia che si tratti di un dilettante che di un professionista. Da come prevenire gli infortuni a come gestire lo stress di una gara, da come migliorare l'elasticità della muscolatura a come potenziare la resistenza fisica e la concentrazione: sono questi alcuni argomenti del libro "Yoga e Sport", scritto dal maestro B.K.S Iyengar negli ultimi anni della sua vita trattati anche attraverso specifiche sequenze di asana, illustrate con foto e dettagliate spiegazioni.

Il volume che esce per la prima volta nel nostro paese tradotto in italiano, a cura delle Edizioni Mediterranee e con la collaborazione della Light on Yoga Italia - Associazione Italiana di Iyengar Yoga, sarà presentato nell'ambito delle iniziative della Giornata Internazionale dello Yoga 2017 lunedì 19 giugno alle 17.30 presso l'Ambasciata indiana (Via XX Settembre) a Roma. Interverranno: Gabriella Giubilaro, insegnante Senior Advanced di Iyengar Yoga, curatrice dell'edizione italiana di Yoga&Sport, Gianni Canonico (Edizioni Mediterranee), Giorgio Calcaterra, ultramaratoneta, vincitore del titolo di campione del mondo nella 100 km di ultramaratona e per 12 volte consecutive della 100 km del Passatore, Tite Togni, insegnante di Iyengar Yoga, runner, due volte vincitrice di categoria della maratona di Mumbai, Luigia Bertelli, insegnante di Iyengar Yoga e traduttrice del libro Yoga&Sport. Alle 19 seguirà un'open class dimostrativa condotta da Gabriella Giubilaro. Per iscriversi alla lezione inviare una mail a [info.wing@indianembassy.it](mailto:info.wing@indianembassy.it)

### ULTIM'ORA

15:21 Banche, Visco: intensificheremo...

15:00 Radio Italia live, massimo...

14:58 Deputato Usa colpito da spari...

14:48 Spari contro deputati repubblicani...

14:43 Riforma penale, Camera vota...

14:43 Musica, arte e pittura: il...

14:40 Spari contro deputati repubblicani...

14:33 Tlc, addio roaming da domani...

14:27 Vaccini, centinaia di telefonate...

14:24 Fic, Cibo Nostrum conta 20...

ACESTA ESTE  
**WU**  
TRIMIȚI BANI ÎN ROMANIA ȘI MOLDOVA  
DE LA  
**1.90€**  
COMIȘIUN DE TRANSFER  
Tineri cupluri din scolare valca  
WESTERN UNION **WU** **DETALE AICI >**

### I PIU LETTI TOP 25 >>

1° Si getta sotto il treno

2° Scontro frontale. Un morto