



Certosa e museo di San Martino
YOGA AL MUSEO

28 maggio e 4 giugno 2016
Ore 10.30 – 12.30

Nuovi appuntamenti con gli incontri di Yoga al Museo, che hanno riscosso successo e creato un pubblico di appassionati, sabato 28 maggio e sabato 4 giugno alla Certosa e Museo di San Martino.

Il Polo museale della Campania ospita il progetto curato dell'associazione YogArt, nato con l'intento di far dialogare la pratica dello Yoga, disciplina millenaria basata su un sistema armonico di sviluppo del corpo e della mente, con la conoscenza del patrimonio dei musei napoletani, offrendo l'opportunità di partecipare, dopo ogni lezione, a percorsi guidati affascinanti attraverso le collezioni museali.

Le lezioni saranno condotte da Paolo Colussi, insegnante di Yoga e terapeuta Ayurvedico, coadiuvato da allievi esperti dell'associazione YogArt. Verranno proposte semplici pratiche di movimento e respirazione, orientate a ristabilire il giusto flusso energetico e il benessere psicofisico. A questi esercizi seguirà un rilassamento guidato, utile per allentare le tensioni più profonde.

Dopo lo Yoga i partecipanti potranno visitare il museo accolti dagli studenti del progetto di alternanza scuola-lavoro "Studiaet labora" che illustreranno loro le collezioni museali:

sabato 28 maggio, con gli studenti dell'ITE 'E. Caruso'

sabato 4 giugno, con gli studenti del Liceo Ginnasio Statale "Adolfo Pansini"

INGRESSO FINO A ESAURIMENTO POSTI, MAX 50 persone.

La durata delle lezioni sarà di due ore, dalle ore 10.30 alle ore 12.30.

Costo del biglietto d'ingresso ridotto per coloro che parteciperanno all'iniziativa.

Si raccomanda di indossare abiti comodi e portare un tappetino e una coperta.

Informazioni: Certosa e Museo Nazionale di San Martino Servizio Educativo tel 081.2294544