



### ZONA A

**Cella Chakra**

12.30-13:00 **Meditazione guidata**

**Cella Shanti**

17.00-18.00 **Conferenza:** " Chakra e psicosomatica, una chiave di lettura per il sintomo" con Simone Fanciullo.

### ZONA B

#### Refettorio

9.30-11.00 **Astanga Yoga**  
con Elena De Martin

11.30-13.00 **Anukalana Yoga** •  
con Jacopo Ceccarelli

13.00-13.30 **Kirtan: canti yogici**  
con Snupo e Manu

*Visita mostra di San Gennaro*

14.30-16.00 **Bagno di suoni**  
con Barbara Quargnolo ed  
Enrico Bilotta

16.30-18.00 **Anusara Yoga**  
con Piero Vivarelli

18.00-18.30 **Kirtan: canti yogici**  
con Snupo e Manu

#### Sala del Capitolo

9.30-10.45 **Yoga ormonale donna**  
con Carla Nataloni

11.00-12.00 **Hatha Yoga**  
con Laura Mencherini

12.15-13.45 **Thai massage**  
con Laura Mencherini

14.30-15.30 **Conferenza** "Di ritorno  
dall'India, incontro con Jacopo Ceccarelli"

15.45-17.15 **Acroyoga** •  
con Jacopo Ceccarelli

17.30-18.30 **Conferenza e meditazione**  
con Lama Ghesce Tenzin Tenphel

#### Chiostro

11.00-12.30 **Acroyoga** • con Katia Gargiulo ed Alessandro Amici

#### Biblioteca

9.30-10.30 **Kundalini**  
con Roberta Nistri

10.45-12.15 **Prana flow**  
con Padme

12.30-13.45 **Odaka Yoga**  
con Beatrice Morello

14.45-15.45 **Yin Yoga**  
con Arely Torres

16.00-17.00 **Yoga ormonale uomo**  
con Carla Nataloni

17.15-18.30 **Thai massage**  
con Vincenzo Citto

• = pratica più intensa

## Domenica, 7 Ottobre 2018

Porte aperte alle 8:30am

#### Refettorio

9.00-10.30 **Astanga Yoga** •  
con Elena De Martin

10.45-12.15 **Anusara Yoga** •  
con Piero Vivarelli

12.30-13.30 **Anukalana Yoga**  
con Jacopo Ceccarelli

13.30-14.00 **Kirtan: canti yogici**  
con Snupo e Manu

#### Sala del Capitolo

9.00-10.00 **Yoga nidra & gong**  
con Barbara Quargnolo ed  
Enrico Bilotta

10:15-11:45 **Acroyoga** •  
con Katia Gargiulo ed  
Alessandro Amici

12:15-13:45 **Anusara**  
con Alberto Vezzani

#### Chiostro

10.15-11.15 **Prana flow** • con Padme

11.30-12.30 **Yin yoga** con Arely Torres

#### Biblioteca

9.00-10.15 **Odaka** •  
con Beatrice Morello

10.30-11.30 **Hatha Yoga**  
con Laura Mencherini

11.45-12.45 **Conferenza:** "Prevenzione e  
cura tramite l'alimentazione ayurvedica"  
con Simone Fanciullo

13.00-14.00 **Meditazione con mala e  
cristalloterapia**  
con Roberta Nistri

## Per tutta la durata del Festival

### ZONA A

**Cella Shanti**

Brevi dimostrazioni gratuite di trattamenti ayurvedici con Simone Fanciullo. Prenotazione in loco.

**Cella Chakra**

Gompa Tibetana: per tutta la durata del Festival questo spazio è a disposizione di chi vuole meditare.

**Corridoio San Tommaso**

Punti informativi delle scuole di yoga e meditazione presenti al Festival.

Il Festival Yoga Napoli 2018 é un evento dell' Associazione Sportiva Dilettantistica Yoga Napoli.  
Zona A "San Tommaso" – Accesso Gratuito; Zona B "San Domenico" – Ingresso a pagamento (iscrizione Yoga Napoli).

Per info e prenotazioni:

[www.yoganapoli.it](http://www.yoganapoli.it) [yoganapolifestival@gmail.com](mailto:yoganapolifestival@gmail.com)