

# l'arte della spiritualità: gli interpreti dello yoga



Una rassegna dedicata al tema  
**l'Oriente in Occidente**

Una serie di incontri proposti dall'**Associazione SpazioCorpo** su yoga, meditazione, studio del sé, discipline spirituali delle diverse tradizioni, con personalità che si distinguono sulla scena internazionale, in una cornice di raccoglimento, situata in una zona centrale della Capitale.

## Martine Le Chenic

### SEMINARIO DI YOGA

Nel nuovo appuntamento con Martine Le Chenic, centrato sulla percezione, si approfondiranno:

- le sensazioni e i micro-movimenti della colonna vertebrale in tutte le posizioni,
- l'apertura del dorso e del diaframma per percepire la distensione nell'azione
- la messa in vibrazione della colonna vertebrale e la ripercussione a livello psico-spirituale
- I movimenti interni negli asana e nel pranayama, con un focus sulle posizioni sedute.

Martine, dopo gli studi di filosofia e di storia dell'arte, dal 1972 ha dedicato la sua vita allo yoga. Per circa 30 anni ha costruito e sviluppato la sua ricerca in India con **B.K.S Iyengar**. Dal 1993 ha studiato **le arti energetiche cinesi, le tecniche del suono terapeutico e la recitazione dei mantra**, e ha approfondito la sua **pratica e il cammino dell'esplorazione interna**. Sulla base di questa esperienza mette a punto una pedagogia specifica e precisa, una pratica interna in riferimento al bacino profondo e all'emissione di suoni. Il suo insegnamento riflette una conoscenza e una comprensione profonda della circolazione dell'energia, dando la possibilità di **risvegliare la coscienza del corpo e la presenza nello spazio**; invita ad un viaggio dal fisico al sacro, attraverso un pellegrinaggio interiore. Martine forma insegnanti, conduce corsi e seminari in Francia e all'estero e partecipa regolarmente a congressi internazionali.

**Sabato 6 e Domenica 7  
OTTOBRE 2012**

**SABATO 15.00 / 19.00**

(solo per insegnanti e allievi avanzati - massimo 20 partecipanti)

**DOMENICA 10.00-13.00 / 14.00-17.00**

(aperto a tutti)

**Roma • Aula Magna della Facoltà Valdese  
Via Pietro Cossa 40 (Piazza Cavour)**

I posti sono limitati, per informazioni e modalità di partecipazione scrivete a **spaziocorpo@libero.it**

oppure telefonate ai numeri:

**340.772363 • 347.3816691**

**SPAZIOCORPO**  
associazione culturale