

Ivana Lamanuzzi

La passione per lo Yoga si manifesta molto presto, infatti già da ragazzina era molto attratta dalle posizioni yoga, pur non conoscendo nulla al riguardo, spesso si metteva in posizione del loto. Il vero incontro con lo yoga avviene a 20 anni in una piccola palestra a Bergamo, nel 1980. Inizia così il percorso di formazione nel 1982 e subito si avvicina all' insegnamento. Insieme ad un piccolo gruppo di appassionati per lo yoga fonda il Centro Culturale Quinto Sol in Bergamo inaugurando la sede nel 1982. Continua la formazione con l'Associazione internazionale Red GFU e si forma come insegnante dello Yoga Solar, seguendo gli insegnamenti del Maestro Serge Raynaud de La Ferriere, Istruttore di Cultura Integrata, approfondendo varie tematiche, come nutrizione vegetariana con corsi di cucina naturale, cosmobiologia e studio dell'esoterismo iniziatico. Dal 1982 non ha mai smesso di insegnare yoga e nel 1984 segue un percorso formativo per lo Yoga in Gravidanza. Nel 1989 tiene corsi di yoga per bambini nella scuola dell'infanzia in Bergamo. Nel 1995 approccia lo yoga Iyengar, nel frattempo continua a tenere corsi e gruppi di yoga in vari centri e fitness in Bergamo e lezioni continuative al Centro Quinto Sol. Nel 2000 approfondisce la meditazione con Acharyashree Osho Sakshin, istruttore argentino che vive gran parte dell'anno in India presso l'Ashram Osho Dhara di Nova Dheli. Nel 2007 inizia la formazione con lo Yoga Iyengar dall'insegnante senior certificata Bianca Strens Hatfield a Crema. Dal 2009 al 2011 segue tutto il training di Tantra Yoga presso l'istituto Maithuna. Nel 2010 fonda l'Associazione Sportiva Dilettantistica Yoga Bergamo® della quale è il Presidente. Segue la Scuola Transteorica Relazionale di Counseling Prepos Prevenire è Possibile. Ha collaborato, per diversi anni, con il progetto estivo del Comune di Bergamo e del Comune di Orio al Serio, per portare lo Yoga gratuitamente nei parchi della città. Nel 2012 collabora ad un progetto con Uisp di Bergamo e inizia l'insegnamento dello Yoga nel carcere femminile. Nel 2013 in collaborazione con Ivano Signorelli apre il Centro Yoga Bergamo®. Nell'anno 2013/2014 frequenta il Master di formazione per Operatori di Tango Olistico® e Tango Terapia Metodo Habib®, a Milano, conseguendo il diploma come operatore, abilitazione che permette di condurre sessioni individuali, di coppia e gruppi.

Nello stesso anno inizia a praticare Acro Yoga e segue diversi seminari con Jacopo Ceccarelli, portando l'attività dell'Acro Yoga gratuitamente nei parchi cittadini durante il periodo estivo sia per adulti che per bambini. Nel 2016/2017 approfondisce la formazione di Yoga per Gestanti e si certifica presso l'Istituto Yoga Samadhi. Nel 2018 frequenta il corso di Perineo base e si certifica presso l'istituto Mipa.

Conduce:

Hata Yoga

Accompagnamento alla nascita

Educazione del Perineo