

Paola Stropeni:

Insegnante di yoga e meditazione, diplomata presso l'Ananda Ashram di Milano e Association for Yoga and Meditation di Rishikesh, India (RYS 500) riconosciuta da Yoga Alliance USA. Diplomata CSEN/CONI come insegnante di yoga per bambini con il metodo Balyayoga e nello Yoga in gravidanza con l'Associazione Italiana Yoga.

Pratica yoga da oltre 15 anni e meditazione tantrica; frequenta periodicamente ritiri di Meditazione Vipassana (10 giorni) in Italia e in India, e corsi intensivi per migliorare la sua preparazione e approfondire le varie vie dello Yoga.

Nel 2013 Si è specializzata come insegnante di Anukalana Yoga® con Jacopo Ceccarelli del Centro Samadhi di Firenze. Dal 2013 pratica con passione Acroyoga e da febbraio 2016 è diventata insegnante certificata presso Acroyoga International e da aprile 2017 ha conseguito un'altra importante certificazione come insegnante Livello 1 di Acroyoga stile Montreal.

Da sempre sul cammino di crescita personale, oltre ai vari viaggi in India, ha frequentato per diversi anni corsi esperienziali di sciamanesimo del Sud America, viaggiando nelle magiche terre del Messico e del Perù, dove ha riscoperto l'amore primordiale per la Madre Terra e vivere a stretto contatto con la natura.

Per anni ha praticato danza orientale e tribal and fusion bellydance, a Milano che le ha permesso di riscoprire, l'armonia, la grazia del proprio corpo e quella fondamentale connessione tra corpo-mente e anima.

Oggi attraverso lo Yoga, la danza e l'AcroYoga ha scoperto uno meraviglioso modo di lavorare con il corpo in tutte le sue espressioni riscoprendo il viaggio dentro se stessi che porta fino all'Anima.

Conduce:

AcroYoga
Yoga Vinyasa
Anukalana Yoga