



Il Viaggiatore Magazine –  
Posizione Yoga

**Yoga Meeting Merano**, giunto alla sua ottava edizione – **dal 13 al 15 aprile 2018** – si propone come momento di ritrovo interamente dedicato alla pratica yoga, alla meditazione e alle vie olistiche di cura e di ricerca. Lo Yoga e le discipline olistiche mirano a mantenere e ristabilire l'equilibrio e le funzionalità dell'organismo, garantendo all'individuo un buono stato di salute, prevenendo disturbi e patologie.

Il meeting si propone come un ponte interculturale per offrire la possibilità ai praticanti yoga di conoscere insegnanti italiani e stranieri in un week end di primavera a Merano, beneficiando di giardini, verde, natura, della vista sulle montagne e delle famose terme.



Il Viaggiatore Magazine – 8^  
Edizione Yoga Meeting Merano  
– Merano, Bolzano

Il tema di questa edizione sarà **“Yoga Good News”**, una occasione per sottolineare le recenti ricerche scientifiche che testimoniano la validità dello yoga per combattere lo stress, la depressione e perfino il declino cognitivo degli anziani.

Durante i due giorni, alle lezioni yoga seminariali si affiancano numerose open-class, conferenze, green workshop e dimostrazioni da parte di operatori olistici.

**Per maggiori informazioni sul programma:** [www.yogameeting.org](http://www.yogameeting.org)



Il Viaggiatore Magazine –  
Edizione Yoga Meeting Merano

– Merano, Bolzano

Nello splendido edificio liberty del **Kurhaus**, le sue ampie e luminose sale accoglieranno i praticanti yoga esperti ma anche chi sia intenzionato a fare una prima esperienza, proponendo classi adatte ai vari livelli.

Al desk di accoglienza operatori esperti aiuteranno a scegliere le esperienze più adatte alle esigenze di ciascuno. Tutti gli insegnamenti saranno impartiti in italiano e in tedesco. Stand informativi delle scuole yoga e dei centri olistici saranno a disposizione dei visitatori. Un catering vegano, specialmente studiato per favorire l'energia e la leggerezza, sarà a disposizione di tutti: tra le sue specialità il "cioccolato crudo".

**Per ulteriori informazioni:** [www.merano.eu](http://www.merano.eu)

**Associazione Artè:** [www.yogameeting.org](http://www.yogameeting.org)