

Yoga della risata



Lo **Yoga della Risata** è una serie di **tecniche** che utilizza esercizi di respirazione profonda propri dello **Yoga**, esercizi di risata stimolata, di stretching e di gioco **per Ridere senza motivo**. E' stato **ideato dal dott. Madan Kataria**, medico di Mumbai (India), definito dal London Times il **Guru della Risata**, è presidente e fondatore dell'International Laughter Club (Clubdellarisata Internazionale), che catalizza oltre 5000 Clubdellarisata (Laughter Club) in tutto il mondo tra l'India e altre parti dell'Asia, gli USA, l'Australia, l'Europa e l'Africa. Per i suoi meriti è considerato al pari di personalità di spicco nel panorama della Comicoterapia, quali il Dott. **Patch Adams**.

Lo **Yoga della Risata** si terrà presso il **Centro Yoga "Vento d'Oriente"** ogni **Martedì h. 18.00-19.00**. Contributo richiesto: 10 €

Laura Toffolo, che condurrà gli incontri mensili, si è formata direttamente dal Dott. Madan Kataria, conseguendo il **Certificato di Laughter Yoga Leader**, poi di **Laughter Yoga Teacher** e infine il riconoscimento in Italia di **Laughter Ambassador** della Dr. Kataria's School of Laughter Yoga.



Per informazioni e prenotazioni contattare:

Paola al 329/3276989 o sirived@libero.it

www.ventodoriente.com; www.yogadellarisata.it

