



ACCADEMIA EUROPEA
DI MUSICA



CANTO & YOGA

Sabato 9 e Domenica 10 Marzo

Nella splendida cornice del Castello di Pomerio, due giorni di seminario divisi fra mattino e pomeriggio, per un totale di 12 ore circa (tre mattutine e tre pomeridiane).

LE NOSTRE ORGANIZZATRICI

Candida Spinelli
(soprano e docente di canto)

Valeria Tavecchio
(docente Yoga)



COME ISCRIVERSI

Il costo del seminario
è di € 120.00.
Iscrizioni entro il 22 febbraio,
versando una caparra
di € 40.00.

Per info: accademiadimusica@libero.it – tel. 031.626519



ACCADEMIA EUROPEA
DI MUSICA



IL SEMINARIO



CI RIVOLGIAMO

Il canto e lo yoga hanno moltissimi punti in comune. Entrambi potenziano le difese immunitarie e sollevano l'umore, riducono lo stress e hanno generali effetti benefici sull'organismo.

Anche se l'abbiamo dimenticato il canto è una terapia. Si potrebbe dire che l'universo stesso sia una grande sinfonia cosmica in cui le note e il loro abbinamento creano la varietà delle forme.

Il canto e lo yoga possono beneficiare largamente l'uno dell'altro, aiutarsi a vicenda per rendere più equilibrata l'espressione della parola e più controllato il mondo delle emozioni.

- Agli appassionati di canto, ma anche di yoga, che vogliono imparare a utilizzare la voce in modo consapevole, percepire le vibrazioni sonore, gestire al meglio la propria energia, strutturare un trend di rilassamento;
- Agli oratori, cioè coloro che per lavoro usano molto la voce;
- Ai cantanti che vogliono migliorare la conoscenza del proprio corpo, della respirazione, e gestire l'ansia da prestazione;
- A tutti i curiosi che vogliono avvicinarsi a queste affascinanti discipline.



Valeria Tavecchio



Candida Spinelli