



Scopri il Ready Business Index
Il test che misura quanto è digitale il tuo business [Fai il test >](#)

Home / Cultura / [Yoga per gli sportivi, presentazione del libro B.K.S. Iyengar](#)

pubblicato il 10/giu/2016 15:55

Yoga per gli sportivi, presentazione del libro B.K.S. Iyengar

A Roma il 13 giugno all'Ambasciata Indiana per lo Yoga Day

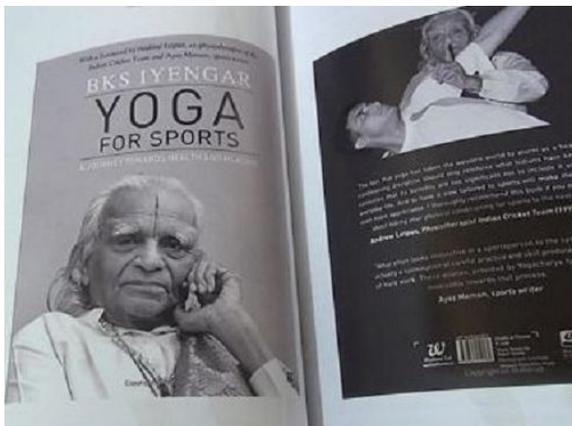
Mi piace 48

facebook

twitter

google+

e-mail



Roma, 10 giu. (askanews) - Il 13 giugno alle 18 alla sede dell'Ambasciata indiana a Roma (Via XX Settembre, 5) si terrà la presentazione di "Yoga for Sports: a journey towards health and healing", nuovo libro di B.K.S. Iyengar, pubblicato dopo che il grande maestro di yoga, scomparso nel 2014 a Pune a 95 anni, ha messo la sua competenza a disposizione prima della squadra nazionale indiana di cricket, poi degli sportivi a livello internazionale, per far sì che lo yoga aiutasse a prevenire e

curare gli stress fisici e mentali derivanti dallo sport.

"Siamo fieri di presentare un libro appena pubblicato del nostro guru B.K.S. Iyengar - ha spiegato l'insegnante di Yoga Iyengar Alessandra Belloni a margine della conferenza stampa di presentazione delle celebrazioni per lo Yoga Day in Italia all'Ambasciata indiana a Roma, aggiungendo - esso si rivolge anche a persone che non pensano minimamente di praticare yoga, ma che tramite lo yoga possono migliorare sia la performance che curare o prevenire un infortunio. Per noi questo accesso allo yoga, anche tramite lo sport, è molto importante".

Iyengar è stato uno dei massimi maestri mondiali di yoga e fondatore dello stile che prende il suo nome, Iyengar yoga, che utilizza supporti come coperte, mattoncini o corde per favorire l'allineamento del corpo.

Scopri il Ready Business Index
Il test che misura quanto è digitale il tuo business [Fai il test >](#)

In collaborazione con



Fondazione Terzo Pilastro Italia e Mediterraneo

Gli articoli più letti



1 Arte
Le Brigitte Bardot di Milo Manara vendute a 600mila euro

TAG CORRELATI

#yoga per gli sportivi