



Federica Rondano

INSEGNANTE DI YOGA

Bio

Nel 2007, con il primo viaggio in India mi avvicino allo Yoga in particolare al Metodo e alla Tradizione Satyananda Yoga. Inizia così il cammino spirituale, portandomi successivamente a conseguire il Diploma di Insegnante di Yoga secondo il Metodo e la Tradizione Satyananda Yoga nel 2013, dopo un percorso triennale di formazione presso la Scuola di Yoga "Satyananda Ashram Italia" con sede a Trarivi di Montescudo, dove, oltre allo studio, ho incluso la permanenza in Ashram così da poter vivere lo Yoga in maniera completa e profonda.

Nel 2017, con il consenso di Swami Satyangananda Saraswati viene aperto il Centro Satyananda Yoga Shanti a Biella, in via Cesare Battisti, 29, dove si svolgono corsi settimanali per adulti, laboratori per bambini e corsi di Yoga in gravidanza (in collaborazione con l'ostetrica Laura Rosati).

Negli ultimi anni, l'obiettivo è stato quello di voler trasmettere questa disciplina ai bambini, iniziando così a portare il progetto "Yoga come arte di vivere, ridere e crescere" nelle Scuole. Con regolarità, partecipo a seminari e corsi di approfondimento sia in Italia sia in India dove ha sede la Casa Madre della Tradizione, presso la Bihar School of Yoga, Munger.

- Diplomata secondo il metodo e la tradizione Satyananda Yoga presso la scuola Satyananda Ashram Italia
- Titolare del centro Satyananda Yoga Shanti a Biella in Viale Cesare Battisti

