



# YOGA FOR INDIA

## 21-30 MAGGIO

Calendar events / Calendario eventi

| NAME                              | DAY AND DATE                         | TIME (CET)    | YOGA STYLE  |           | LOCATION        | OUTDOOR LOCATION                       | LEVEL   |
|-----------------------------------|--------------------------------------|---------------|---|-----------|-----------------|--|---|
| Kamal Fanibanda                   | Friday/Venerdì<br>21 May/Maggio      | 18:00 - 18:30 | OPENING: YOGA FOR INDIA - FREE FOR ALL                                | ENG & ITA | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Verena Wais                       | Friday/Venerdì<br>21 May/Maggio      | 20:30 - 21:30 | Deep Release Yin Yoga   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Carlo Alberto Civolani            | Saturday/Sabato<br>22 May/Maggio     | 9:00 - 10:00  | Open your heart   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Carlo Mancini                     | Saturday/Sabato<br>22 May/Maggio     | 10:00 - 11:15 | Himalayan Hatha Yoga  | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Alice Pischedda                   | Saturday/Sabato<br>22 May/Maggio     | 11:00 - 12:00 | Anahata Chakra  | ITA       | OUTDOORS        | Parco della Grottella, Copertino       | INTERMEDIATE  |
| Lalita Guarino                    | Saturday/Sabato<br>22 May/Maggio     | 18:00 - 19:15 | Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS & ZOOM | Franravilla Fontana                    | INTERMEDIATE  |
| Kamal Fanibanda                   | Saturday/Sabato<br>22 May/Maggio     | 18:00 - 19:15 | Hatha Yoga  | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Cristina Ligorio                  | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 9:30 - 10:30  | Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS        | Parco Belloluogo, Lecce                | ALL LEVELS  |
| Alessia Morleschi                 | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 10:45 - 11:45 | Asthanga Vinyasa Yoga, Prima serie guidata                            | ITA       | OUTDOORS        | Parco Belloluogo, Lecce                | ALL LEVELS  |
| Kamal Fanibanda & Anna Conserva   | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 12:00 - 13:00 | Relax, Pranayama & Yoga Nidra   | ITA       | OUTDOORS        | Parco Belloluogo, Lecce                | ALL LEVELS  |
| Kimber Geurtz                     | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 10:30 - 11:30 | Sweet Yoga  | ENG       | GOOGLE MEET     |  | BEGINNERS   |
| Lucia Arcangeli                   | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 18:00 - 19:15 | Hatha Yoga/Yoga Integrale   | ITA       | OUTDOORS        | Marina di Novaglie, Capo di Leuca      | BEGINNERS/ INTERMEDIATE   |
| Noemi Haire-Sievers               | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 18:30 - 19:45 | Yin Yoga  | FRA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Verena Wais                       | Sunday/Domenica<br>23 May/Maggio     | 19:30 - 20:30 | Himalayan Hatha Yoga  | ENG       | ZOOM            |  | INTERMEDIATE  |
| Anna Cannone                      | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 08:00 - 09:15 | Yoga Gentile  | ITA       | OUTDOORS        | Spiaggia Cala Paura, Polignano a mare  | BEGINNERS   |
| Richard Roberts                   | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 08:15 - 09:15 | Nada Yoga - The yoga of sound and chanting. Seven steps to heaven     | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Tulsi Lovato                      | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 10:30 - 11:30 | Hasta Mudra Pranayama   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Mariette Labelle                  | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 15:00 - 16:30 | Gentle Yoga   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS - Suitable for people with health conditions         |
| Adriana Padula                    | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 18:00 - 19:30 | Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS & ZOOM | CONI, Lecce                            | ALL LEVELS  |
| Alessandra Manca                  | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 19:00 - 20:00 | Hatha Yoga & Meditazione  | ITA       | SKYPE           |  | BEGINNERS   |
| Nirhao Beant Singh (Louis Learnt) | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 19:30 - 20:30 | Kundalini Yoga - Cuore, fonte di gioia e salute (Kriya & meditazione) | ITA       | OUTDOORS        | Lequile                                | ALL LEVELS  |
| Ely Gini                          | Monday/Lunedì<br>24 May/Maggio       | 20:30 - 21:00 | Meditazione Hong_So   | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Vimala Valentina Nizaro           | Tuesday/Martedì<br>25 May/Maggio     | 07:30 - 08:30 | Fluisci come l'acqua  | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Debora Sarcinelli                 | Tuesday/Martedì<br>25 May/Maggio     | 08:00 - 08:45 | Pranayama & Meditazione   | ITA       | OUTDOORS & ZOOM | Como Lurate Caccivio                   | ALL LEVELS  |
| Bronwyn White                     | Tuesday/Martedì<br>25 May/Maggio     | 08:30 - 10:00 | Early Bird Classic Asana  | ENG       | OUTDOORS & ZOOM | San Cataldo, Lecce                     | ALL LEVELS - Suitable for all who have the basic yoga knowledge |
| Riccardo Gherardi                 | Tuesday/Martedì<br>25 May/Maggio     | 18:30 - 20:00 | Ashtanga - guidata prima serie Ashtanga Yoga                          | ITA       | ZOOM            |  | Ashtanga or dynamic, flow-experience required                   |
| Kamal Fanibanda & Anna Conserva   | Tuesday/Martedì<br>25 May/Maggio     | 20:30-21:30   | Pranayama & Yoga Nidra  | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Mari Collyer                      | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 06:15 - 07:30 | Sunrise mixed level Hatha Yoga  | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Barbara Gianetti                  | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 07:30 - 08:45 | Respiro/ risveglio muscolare (vinyasa)                                | ITA       | OUTDOORS        | Quattro Colonne, S. M. al Bagno, Nardò | ALL LEVELS  |
| Elizabeth Rubino                  | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 09:00 - 09:45 | Awaken: Morning Breath sequence                                       | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Yasmin Marshall                   | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 13:00 - 14:00 | Lunch Time Yoga Break   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Ely Gini                          | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 18:30 -19:30  | Apri il tuo cuore - Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS        | Oltrona di San Mamette,Como            | ALL LEVELS  |
| Marco Sebastiani                  | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 18:15 - 19:15 | Vinyasa for India, explore your balance                               | ENG & ITA | OUTDOORS & ZOOM | Yoga Home Gazebo, Roma                 | INTERMEDIATE  |
| Ava Virgitti                      | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 19:00 - 20:00 | Vinyasa Slow Flow   | FRA       | ZOOM            |  | BEGINNERS   |
| Consuelo Manca                    | Wednesday/Mercoledì<br>26 May/Maggio | 19:15 - 20:15 | Yin Yoga (relax)  | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Richard Roberts                   | Thursday/Giovedì<br>27 May/Maggio    | 08:15 - 09:15 | Nada Yoga - the yoga of sound and chanting. Seven steps to heaven     | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Anne Julie Tarfuro                | Thursday/Giovedì<br>27 May/Maggio    | 10:00 -11:00  | Vinyasa Slow Chakra Flow®   | ENG       | ZOOM            |  | INTERMEDIATE/ ADVANCED  |
| Elizabeth Rubino                  | Thursday/Giovedì<br>27 May/Maggio    | 16:00 - 17:30 | Love and compassion - Heart Openers                                   | ENG       | ZOOM            |  | BEGINNERS/ INTERMEDIATE   |
| Claudia Pantaleo                  | Thursday/Giovedì<br>27 May/Maggio    | 17:30 - 18:30 | Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS        | Le stelle di Meme, Matino              | BEGINNERS   |
| Barbara Mangiacavalli             | Thursday/Giovedì<br>27 May/Maggio    | 18:30 - 19:30 | Vinyasa Flow  | ITA       | ZOOM            |  | INTERMEDIATE/ ADVANCED  |
| Richard Roberts                   | Friday/Venerdì<br>28 May/Maggio      | 08:15 - 09:15 | Nada Yoga - the yoga of sound and chanting. Seven steps to heaven     | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Nahid Bentouja                    | Friday/Venerdì<br>28 May/Maggio      | 09:30 - 10:30 | Pranayama & Relax   | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Bronwyn White                     | Friday/Venerdì<br>28 May/Maggio      | 17:00 - 18:30 | Lazy Afternoon Classic Asana  | ENG       | OUTDOORS & ZOOM | San Cataldo, Lecce                     | ALL LEVELS - Suitable for all who have the basic yoga knowledge |
| Barbara Gianetti                  | Friday/Venerdì<br>28 May/Maggio      | 19:00 - 20:15 | Yoga Chikitsa/Vinyasa (Yoga della salute)                             | ITA       | ZOOM            |  | INTERMEDIATE/ ADVANCED  |
| Emilia Straziuso                  | Friday/Venerdì<br>28 May/Maggio      | 19:00 - 20:15 | Yang & Yin Yoga   | ITA       | OUTDOORS        | Bari                                   | INTERMEDIATE  |
| Ely Gini                          | Saturday/Sabato<br>29 May/Maggio     | 08:00 - 08:30 | Meditazione del cuore   | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Elizabeth Rubino                  | Saturday/Sabato<br>29 May/Maggio     | 10:00 - 11:30 | Aprire il bacino per aprirsi la vita                                  | ITA       | OUTDOORS        | Lecce                                  | BEGINNERS/ INTERMEDIATE   |
| Tulsi Lovato                      | Saturday/Sabato<br>29 May/Maggio     | 10:00 - 11:00 | Hasta Mudra Pranayama   | ITA       | OUTDOORS        | Bio Solequo, Ceglie Contrada           | ALL LEVELS  |
| Luisa Balice                      | Saturday/Sabato<br>29 May/Maggio     | 17:00 - 17:30 | Meditazione / Pranayama   | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Kamal Fanibanda                   | Saturday/Sabato<br>29 May/Maggio     | 17:30 - 18:45 | Hatha Yoga  | ITA       | OUTDOORS        | Parco Belloluogo, Lecce                | ALL LEVELS  |
| Marta Sclafani                    | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 09:00 - 10:00 | Risvegli la tua luce interiore! (Hatha Yoga, Pranayama e Mantrà)      | ITA       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Valentina Limetti                 | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 10:00 - 11:00 | Sattva Yoga   | ITA       | OUTDOORS        | Parco Belloluogo, Lecce                | ALL LEVELS  |
| Mari Collyer                      | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 10:30 - 11:30 | Mixed Level Hatha Yoga  | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS  |
| Nina Fekonja Guidevaux            | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 17:00 - 18:30 | Restorative Yoga with props. (blankets, pillows, blocks)              | ENG       | ZOOM            |  | ALL LEVELS - Suitable also for pregnancy (all months)           |
| Luisa Balice & Rosanna di Noia    | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 18:30 - 20:00 | Vinyasa Flow  | ITA       | OUTDOORS        | Tenuta Matone a Minervino Murge (BT)   | BEGINNERS   |
| Kamal Fanibanda                   | Sunday/Domenica<br>30 May/Maggio     | 20:30 - 21:00 | CLOSURE OF YOGA FOR INDIA - FREE FOR ALL                              | ENG & ITA | ZOOM            |  | FREE FOR ALL  |