

## PETRINI DANIELA

### Formazione

- ✓ Nel 1984 inizia lo studio dello yoga, Metodo Iyengar, che unisce allo studio della danza contemporanea ed espressiva e arti marziali.
- ✓ Nel 1988 viene in contatto con il metodo del maestro indiano Swami Satyananda Saraswati iniziando a frequentare il Satyananda Ashram di Firenze e ne inizia ad approfondire la conoscenza;
- ✓
- ✓ Permanenza presso Ashram di Rikkhia in occasione della Sat Chandi Mahayajna 1995 e visita alla Bihar school of yoga Mungger, India dove prende il Jigyasu Sannyasyn da Sw Niranjanda Saraswati
- ✓ Permanenza, studio, karma yoga presso la Bihar School of Yoga, Mongeur, Bihar, India e partecipazione all Mahayajna a Rikkhia 1996
- ✓ Nel gennaio 2000 prende Karma Sannyasyn da Sw. Niranjanda Saraswati presso la Bihar Yoga Bharathi, Mongeur, India
- ✓ Parallelamente allo studio e all'insegnamento dello Yoga studia e pratica danza contemporanea, Improvvisazione, Contact Improvvisation, Tecnica Releasing, Tecniche di massaggio
- ✓ Studia la tecnica Pilates Matwork presso lo studio Like Pilates di Firenze 2003/06

### Attestati di partecipazione a seminari di aggiornamento:

- Seminario Metodo Iyengar tenuto da Laura Corsi presso la Scuola di Danza T. Faggioni 1986 Firenze
- Seminario residenziale di approfondimento Metodo Iyengar tenuto da Dona Holleman ottobre 1987
- Tecniche posturali e rilassamento" - Back School – Perron 2 –Amsterdam-Olanda 1989
- Seminari tematici metodo Iyengar (Centro Olistico Cosmo) Amsterdam 1989/90
  
- **Differenti e molteplici seminari tematici presso il Satyananda Ashram di Firenze tenuti da Sw Uttarkashi Sarswati e Sw Anusandhan Saraswati ( Ajapa Japa, Nada Yoga, Antar Mouna, Yoga Nidra, Tattwa Shuddhi, etc) dal 1990 fino al 2016**
  
- Seminario di **Hatha Yoga, Pranayama e Ayurveda** tenuto da Sw.Joythimayananda di Pune- Centro Oroboro- Firenze Ottobre 1991
- Seminario residenziale **"Yoga e psicologia"** tenuto da Sw Anandananda Saraswati e Sw. Shankaradevananda Saraswati presso Scuola di yoga Satyananda Ashram Italia- Montescudo Rimini 1998
- Corso di **Kriya Yoga** corso tenuto presso la Bihar Yoga Bharati, Mongeur, India Gennaio 2000;
- Seminario residenziale **"Aggiornamento del Metodo Satyananda Yoga"** tenuto da Sw.Vedanta Ananda Saraswati – Satyananda Ashram Italia Agosto 2001
- Seminario residenziale **"Lo spazio del cuore"** Tenuto da Patrick Tomatis, della Federation Nazionale des Enseignants de Yoga – Centro studi Yoga Genova 2002
- Attestato di partecipazione al Seminario Internazionale Yoga in Spagna, tema **"Yoga Health and Inner harmony "**- Playa de Aro (Barcellona) Maggio 2001;

- Attestato partecipazione seminario internazionale organizzato dall'European Yoga Fellowship tema "Le applicazioni dello yoga nel 21 secolo: **Yoga e dipendenze**" – Endhoven (Holland) - Maggio 2002;
- Permanenza e partecipazione alla Chaitra Navaratri Dikha Satra Rikhiadam Aprile presso Sri Panchdashnam Paramahansa Alakh Bara, Rikhia Bihar-India 2003
- Permanenza presso lo Sivananda Ashram di Rishikesh, India 2003
- Seminario residenziale "**Introduzione al sistema dei Chakra e del Kundalini Yoga**" tenuto da Sw Ishananda Saraswati (fondatrice e direttrice del Centro Kalpa Vriksha Satyananda) Piosasco Torino marzo 2003
- Attestato partecipazione al seminario Internazionale di yoga organizzato dall'International Yoga Fellowship Movement tema "**Yoga nella vita quotidiana**" Palma de Maiorca (Spagna)- Maggio 2004;
- Seminario residenziale di approfondimento in Hatha Yoga e Meditazione tenuto da Ashutosh Sharma ( Himalayan Yoga Institute) Firenze Settembre 2004
- Seminario residenziale di Marma terapia presso Satyananda School of yoga, Montescudo (Rm)Italia 2004;
- Seminario residenziale di approfondimento in Hatha Yoga e Pranayama tenuto da Ashutosh Sharma ( Himalayan yoga Institute) Settembre 2004 Firenze
- Seminario residenziale di approfondimento in Hatha Yoga e Meditazione tenuto da Ashutosh Sharma (Himalayan Yoga Institute) Febbraio 2005 Firenze
- Seminario residenziale di approfondimento in Hatha Yoga e meditazione tenuto da Ashutosh Sharma ( Himalayan Yoga Institute) Settembre 2005 Firenze: Rilasciato Certificato di insegnamento di Hatha yoga, Respirazione e Meditazione dall'Himalayan Yoga Institute di Firenze.
- Seminario di approfondimento "**Yoga del suono**" condotto da Sw Muktidharmananda Saraswati-Grempoli Retreat Center - Rufina, Firenze 2005
- Seminario di approfondimento "**Tattwa Shuddhi**" -condotto da Sw Ishananda del Satyananda Fellowship presso Grempoli Retreat Center- Rufina, Aprile 2005 Firenze
- Seminario di formazione continua "**I Klesha**" condotto da Patrick Tomatis. Centro Yoga Shakti ,Milano 2006
- Seminario di approfondimento "**I Chakra e la personalità**" condotto da Swami Muktidharmananda Saraswati presso Grempoli Retreat Center-Rufina, Firenze Giugno 2007
- Corso di aggiornamento "**Sperimentare la meditazione**" - tenuto da Sw Ananadananda S-Scuola di Yoga Satyananda Ashram- Montescudo Rimini 2006
- Attestato di partecipazione International Satyananda Yoga Festival, tema "**Vivere lo yoga**" Lido di Venezia con la partecipazione di Sw Niranjanda Saraswati- Maggio 2006;
- Attestato di partecipazione al Congresso Nazionale di Yoga Metodo Satyananda- Rimini Maggio 2007;
- Attestato partecipazione allo Yoga International Festival tema "Tantra in life" condotto da Sw. Niranjanda Saraswati- Strunjan –Slovenia Maggio 2007;
- Seminario di aggiornamento "**Yoga e terza età**" – Himalayan yoga Institute – Firenze 2007
- Permanenza e studio presso Sivananda Ashram, Rikhia Deogar India 2008
- Seminario di Hatha Yoga e Respirazione "Yoga Ratna" tenuto da Gabriella Cella c/o Centro di Yoga (Prato) Novembre 2008
- Corso di aggiornamento "**Mudra-Bandha- Passaggi Psicici**"- Scuola di Yoga Satyananda Ashram-Montescudo ( Rimini) Aprile 2008

- Seminario “Testa, Cuore Mani” condotto da Sw. Muktidharmananda Saraswati, (Insegnante di Yoga e Presidente dell’Anahata Yoga Retreat, New Zealand), presso Grepoli Retreat Center , Rufina, Firenze 2008
- Seminario di Approfondimento **“Respirazione e pranayama”** - Istituto di Yoga – Firenze 2008
- Seminario di formazione continua **“L’ascolto”** condotto da Patrick Tomatis - Centro Yoga Shakti ,Milano 2008
- Seminario di Yoga **“ Hatha Yoga e Pranayama”** tenuto da Anna E. Losi ( responsabile Y.a.n.i. Toscana – Istituto Yoga , Firenze 2008
- Seminario di Yoga **“ Il maschile e il femminile nello Yoga Ratna”** tenuto dalla maestra Gabriella Cella - Centro Yoga (Prato) Novembre 2009
- Seminario residenziale **“Introduzione a Prana Vidya”** condotto da Sw. Anandananda Saraswati,presidente del Satyananda Ashram Italia, presso Grepoli Retreat Center- Rufina , Firenze 2009
- Seminario di formazione continua **“Pratyahara-Ritiro dei sensi”** condotto da Patrick Tomatis – Centro yoga Shakti, Milano 2009
- Seminario tematico **“La colonna vertebrale nella pratica di Yoga”** - Post-formazione Y.A.N.I. tenuto dall’insegnate Yoga e Osteopata Claudio Conte – presso Centro Harmony Firenze Ottobre 2009
- Seminario tematico **“La respirazione nella pratica di Yoga”** - Post-formazione Y.A.N.I.- Istituto di yoga Firenze 2010
- Seminario di formazione continua Yoga **“Pratyahara- il disinteresse o rivolgimento verso l’essenziale”** tenuto da Patrick Tomatis, Centro Yoga Shakti, Milano 2010
- Seminario residenziale di **“Vijnana Bhairava Tantra-L’Ascesa-Meditazione nella vita quotidiana”** tenuto da Swami Satyasangananda Saraswati (presidentessa dell’ashram di Rikkhiapeeth Rikkhia-Bihar-India) presso la Scuola di Yoga Satyananda Ashram Montescudo ( Rm) Maggio 2010
- Seminario di **Hatha Yoga** secondo la Tradizione Himalayana tenuto da Ashutosh Sharma – Associazione Culturale Arpa- Firenze 2011
- Seminario di Yoga tematico **“ Il Bacino”** Post-formazione tenuto da Claudio Conte (insegnante yoga e Osteopata della Yani) Firenze 2011
- Seminario residenziale **“ Shatkarma, tecniche di purificazione “** presso la Scuola di yoga Satyananda Ashram Italia- Montescudo (Rm) Giugno 2012
- Seminario di Yoga tematico **“ L’arto superiore e la cintura scapolare”** Post-formazione tenuto dall’insegnante Claudio Conte Firenze 2012
- Seminario di formazione continua Yoga **“ Dalla respirazione al Soffio ( Atman)- il ruolo del ritmo”** tenuto da Patrick Tomatis – Centro Yoga Shakti, Milano 2012
- Seminario di Yoga tematico **“L’arto inferiore”** Post-formazione tenuto da Claudio Conte 2013
- **Certificato “ Idoneità alla conduzione di Yoga Nidra”** rilasciato al termine del corso di formazione tenutosi presso la Scuola di Yoga Satyananda Ashram Italia Montescudo ( Rimini) giugno 2013
- Permanenza per attività di studio presso la Bihar Yoga University di Mongur, India, Settembre 2013
- Seminario tematico **“ Lo Yoga Nidra”** Post-formazione tenuto da Claudio Conte, Novembre 2014
- **Certificato** di partecipazione corso di Aggiornamento per Insegnanti Yoga **“ Pranayama-Dall’espansione del respiro all’espansione della Coscienza”** presso la Scuola di Yoga Satyananda Ashram Italia Montescudo (Rm) Giugno 2014
- Seminario residenziale di Yoga (Hatha Yoga e Pranayama) **“Ahimsa: la non violenza”** tenuto dal maestro Antonio Nuzzo (Federazione yoga Mediterranea) Roma Marzo 2015

- Seminario residenziale di **“Yoga-asana, meditazione e dharma “ Impermanenza è vita. Comprendere la morte per risvegliarsi alla vita”** presso Istituto Lama Tzong Khapa- Pomaia (Pisa ) Ottobre 2015
- Seminario di studio e pratica di Yoga Asana e Filosofia **“Yama: le astensioni”** Ass culturale di Yoga e meditazione Druma, ottobre Firenze 2015
- Seminario di studio e pratica di Yoga Asana e Filosofia **“ Niyama: le prescrizioni”** c/o Ass culturale di Yoga e Meditazione Druma, Firenze Novembre 2015
- Seminario di pratica e studio di **“ Ajapa Japa”** tenuto da Sw. Uttarkashi e Sw Anusandha co Satyananda Ashram Firenze, Novembre 2015
- Seminario di studio e pratica di Yoga –Asana **“ Asana: la postura”** c/o Ass culturale di Yoga e Meditazione Druma, Firenze Dicembre 2015
- Seminario teorico esperienziale **“La pratica yoga e le patologie reumatiche: approccio alle sintomatologie più comuni nella fase iniziale”** tenuto da giulia Guasparri insegnante Yoga e Fisioterapista socia Yani presso Ass Radici e Ali – Firenze Marzo 2016
- Partecipazione Seminario residenziale **Satyananda Yoga Festival “ Il sistema dei Chakra nella tradizione Satyananda”**presso Scuola di Yoga Satyananda Ashram – Montescudo (Rm) Aprile 2016
- Permanenza e Partecipazione al Corso quindicinale **“Yoga Chakra”** School of Yoga Bihar yoga Bharati-Munger, India
- Seminario residenziale di Hatha Yoga e Pranayama tenuto da Sandra Sabatini e Michal Havkin presso l'Associazione Radici e Ali- Marzo 2017 Firenze
- Seminario di Post formazione Y.a.n.i di Pranayama e Pranamayakosha tenuto da Claudio Conte – Novembre 2017 Firenze
- Seminari di Formazione continua Y,A.N.I. **“Cervello e movimento”** tema: **Il controllo del movimento e Movimento e cognizione”** Febbraio-Marzo 2018
- Seminario residenziale di approfondimento insegnanti in tecniche meditative **“Antar Mouna”** scuola di Yoga Satyananda Ashram Montescudo (Rm) Febbraio 2018
- Seminario di approfondimento insegnanti tecniche meditative **“ Tattwa Dharana”** c/o Scuola di Yoga Satyananda Ashram – Montescudo (Rm) Marzo 2018
- Seminario residenziale aggiornamento insegnanti ( Satyananda Accademy) **“Yoga Nidra nel sistema Satyananda”** c/o Scuola di yoga Satyananda Ashram- Aprile 2018 Montescudo (R)
- Partecipazione su invito al Munger Yoga Symposium 2018 nella delegazione italiana di insegnanti del sistema Satyananda,Ganga Darshan Munger- India Ottobre 2018
- Seminario tematico Post Formazione **“Posture yoga invertite”** Y.a.n.i., Firenze Italia 2018
- Corso di approfondimento Hatha Yoga 1 presso la Bihar Yoga School, Ganga Darshan, India Aprile 2019
- Seminario di aggiornamento Yoga presso Bigallo Firenze Marzo 2020
- Approfondimento tecniche di Pranayama - Corso semestrale On line con il maestro Inglese Bramahanda Saraswati (Narendra Harwaney) 2021/2022
- Negli ultimi anni segue corsi e seminari di approfondimento della tradizione Satyananda tenuti dagli insegnanti della Scuola di Yoga Satyananda Ashram Italia tramite la piattaforma Zoom.

- Ha seguito due seminari di approfondimento per insegnanti della tradizione Satyananda organizzati dalla E.S.Y.F ( European Satyananda Yoga Family).
- Nel 2022 ha seguito on line Yoga Chakra Training sotto la guida di Sw Nirajananda del Bihar School of Yoga Bihar\_India