

Lidia Marcinnó vive in Liguria con periodi di soggiorno in Sicilia dove è nata. All'età di circa venti anni incomincia la sua passione per la cultura orientale e si dedica allo studio e alla pratica della filosofia orientale approfondendo e prediligendo lo yoga che diventa una pratica quotidiana. L'amore per questa disciplina la porta al desiderio di voler diventare insegnante per poter trasmettere anche agli altri gli insegnamenti e i benefici ricevuti dallo yoga. Trasferitasi in Liguria frequenta per quattro anni una accademia per insegnanti di yoga conseguendo il diploma di insegnante di yoga e yoga counseling certificato CSEN. Ha elaborato progetti per l'educazione dello yoga a scuola destinati agli studenti della scuola primaria e secondaria di primo e secondo grado, con l'obiettivo di sviluppare una maggiore consapevolezza del proprio corpo, aumentare l'attenzione agli stimoli propriocettivi, migliorare lo spirito di cooperazione, responsabilità, autonomia e inclusione.

Tiene corsi di gruppo e individuali di Hatha Yoga (lo yoga dell'antica tradizione) Flow Yoga e meditazione per principianti, intermedi e avanzati.

La passione per lo yoga è stimolo per una formazione continua che la porta a partecipare a stage con insegnanti di livello internazionale e ad eventi nazionali dedicati alla pratica dello yoga.

Contatti

lidiamarcinno@gmail.com

3285696428

Facebook siyogalidia