

Simona Ramazzotti

Laureata in Lingue e Letterature Straniere. Inizia a praticare Yoga nel 1984 all'età di 16 anni. Insegna dal 1996, frequenta il corso di formazione triennale per insegnanti presso la Scuola di Yoga 'Melograno' che la certifica nel 1999 con diploma rilasciato dall'Ente di Promozione Sportiva PGS (riconosciuto dal C.O.N.I). Iscritta all'Associazione Italiana Insegnanti di Yoga. Ha viaggiato e soggiornato a lungo e a più riprese nel subcontinente indiano, soprattutto in India, dove ha vissuto nei villaggi, ha cercato il contatto con la cultura, le religioni e le tradizioni dell'India, culla dello Yoga. In India così come in Europa e Stati Uniti ha studiato e praticato asana, meditazione e pranayama con insegnanti di varie scuole e tradizioni, fra cui con allievi diretti di B.K.S. Iyengar e Gitananda, e direttamente con Dona Holleman (allieva diretta di B.K.S. Iyengar, ha elaborato un'evoluzione personale del metodo) e Lino Miele (ashtanga vinyasa yoga). Ha conseguito il brevetto di apnea come approfondimento di tecniche respiratorie. Si interessa anche agli aspetti filosofici e teorici dello Yoga. Da anni propone approfondimenti della pratica con incontri individuali, seminari giornalieri e residenziali, incontri di meditazione.

Dal 2001 insegna presso il Centro Natura.