

Virginia Farina

Nata a Oristano nel 1978, vive e lavora da anni a Bologna dove si occupa di laboratori creativi per l'infanzia e didattica dell'arte. Ha fondato l'Associazione per l'Infanzia *Nunù*, presso la quale si occupa di sviluppo di diversi progetti, e attualmente sta studiando per perfezionarsi come educatrice presso l'Università di Bologna.

Pratica Yoga dall'età di diciassette anni, grazie a un piccolo libro che le regalò suo padre. Ha praticato Hatha Yoga con diverse insegnanti, tra cui Barbara Donati e Simona Ramazzotti. Si è formata come insegnante presso la Scuola Quinquennale di Raja Yoga di Renata Angelini e Moiz Palaci, allievi diretti di Gerard Blitz e Vimala Thakar.

Ha praticato Yoga e Meditazione in gravidanza con Beatrice Benfenati e Letizia Magenti, con le quali ha avuto modo di perfezionarsi come insegnante.

Si è formata con Wanda Patt per l'insegnamento dello Yoga ai Bambini, che accompagna con alcuni approfondimenti di formazione montessoriana e ispirati alla pedagogia sperimentale del Progetto Alice, che ha potuto approfondire seguendo diversi seminari e formazioni condotte da Luigina De Biasi, co-fondatrice del metodo. Anche l'incontro con la tradizione di Tich Nhat Hanh le ha dato diversi strumenti pratici e filosofici per dialogare con i bambini.

Ha seguito seminari di approfondimento sugli Yoga Sutra con Emanuela Orlandini e Annalise Christensen, e sullo Yoga del Suono con Emanuela Borri.

Pratica Meditazione Vipassana da anni, prima con Andrea Capellari e poi con Mario Thanavaro.