



*gli insegnanti di Sport Natura*

## Alessandro Fattorini



Ciao, sono Alessandro Fattorini,

ho iniziato a praticare yoga in India (lo giuro!) nel 2004.

Mi sono formato poi come insegnante studiando Ashtanga e alla Anusara school of yoga.

Per lo Yoga e l'Alexander mi sono preparato come insegnante con l'australiano David Moore (l'autore del libro *Smart Yoga- Yoga and the Alexander Technique*).

Sono anni che studio anatomia dello yoga con Amy Matthews (ho fatto da traduttore nei suoi seminari in Italia) fino ad andare in presenza a New York e Dublino.

Un'insegnante che "ha lasciato il segno" in un "ritiro urbano" ad Amsterdam è stata Donna Fahri, autrice del libro "lo yoga nella vita".

Ho frequentato numerosi workshop con insegnanti americani e italiani e seguito conferenze sulla tradizione dello yoga con interessanti esperti internazionali (c'è gente brava in giro).

Ho praticato la meditazione zen secondo la tradizione del monaco buddhista, poeta e attivista vietnamita Thich Nhat Hanh.

Mi sono qualificato come insegnante all'*Alexander Technique Centrum* di Amsterdam dal 2004 (sì, lo stesso anno dell'India!) e poi mi sono specializzato nell'insegnamento della TA con Peter Buckoke e Judith Kleinman del Royal College of Music di Londra e con Eleni Vosniadou (*Conscienza Corporal Para Musicos*) di San Paolo del Brasile.

L'approccio somatico al movimento mi affascinava talmente da diplomarmi alla School for Body-Mind Centering come Educatore Somatico del Movimento e Educatore Somatico dell'Eta Evolutiva.

Guardando ancora ad oriente ho studiato *Tai Chi* e *Nei Gong* con il maestro Flavio Daniele e *Qi Gong* con il maestro Marco Mazzarri.

La mia passione per la musica e lo yoga mi ha portato ad organizzare seminari di yoga per musicisti e ha condotto per anni una trasmissione radiofonica sullo yoga nelle radio comunitarie di Bologna (Radio Città del Capo e Radio Città Fujiko).

Ho insegnato per molti anni Pilates al Centro Natura (...ecco dove ti avevo visto!).

Suono il contrabbasso e sono appassionato di tiro con l'arco (sì, anche questo ha a che vedere con lo Yoga).