



*gli insegnanti di Sport Natura*

## Barbara Donati



Inizia a praticare Yoga nel 1990, all'età di 19 anni.

Frequenta il corso di formazione triennale per insegnanti presso la Scuola di Yoga 'Melograno', che la certifica con diploma rilasciato dall'Ente di Promozione Sportiva PGS (riconosciuto dal C.O.N.I.).

Insegna dal 1996.

Approfondisce negli anni tecniche meditative, corporee, respiratorie e dell'uso della voce con maestri di varie scuole e tradizioni (*Dona Holleman, Willy Van Lysebeth, Jacques Vigne, David Swenson, Francesca Cassio*), in India e negli Stati Uniti.

Dal 2004 si dedica all'insegnamento dello Yoga nelle scuole di vario grado con progetti e laboratori didattici sulla conoscenza di sé.

Nel 2009 si diploma alla Yoga Educational in 'Operatore Yoga per la Scuola' con il patrocinio e la collaborazione dell'Università di Bologna (Scienze della Formazione), del Comitato Italiano dell'Unicef e della Federazione Italiana Yoga.

Nel 2012 riceve l'attestato di frequenza al Corso di Formazione di Yoga in Gravidanza a Milano, riconosciuto dall'Associazione Nazionale Yoga (YANI) alla quale è iscritta dal 2009.

Nel 2014 acquisisce il Master di Yoga Wellness e Tecniche Antistress dalla Federazione in collaborazione con L'Università di Parma.

Nel 2016/17 approfondisce gli *Yoga Sutra di Patanjali* con un ciclo di seminari tenuti dal Prof. Squarcini.

Nel 2017/18 partecipa al progetto 'Imparo (con) lo Yoga' nelle scuole primarie di Bologna con finanziamenti dalla Fondazione dal Monte.

Madre di due figli, tiene corsi di **Hatha Yoga, Yoga in Gravidanza, Mum&Baby Yoga** e seminari per genitori e figli (**Conoscersi Giocando**).

Guida seminari giornalieri e residenziali su diverse tematiche e in vari posti.

Dal 1999 tiene corsi presso il Centro Natura.