

Francesco della Frera | PARABHAKTIDEVA



"Vivi come se dovessi morire domani. Impara come se dovessi vivere per sempre" (Mahatma Gandhi)

Nato nel 1976 a Bergamo, dove attualmente vive.

FORMAZIONE E ISTRUZIONE

Diploma di Maturità Scientifica al Liceo Scientifico L. Da Vinci, Crema.

Diploma di insegnante di Yoga e Meditazione presso la Scuola Ananda Ashram, Milano.

ESPERIENZE PROFESSIONALI

Nato nel 1976, fin da adolescente si interessa allo yoga.

Nel 2009 riceve l'iniziazione al Tantra Yoga del Maestro indiano Shrii Shrii Anandamurti e da allora pratica regolarmente le tecniche di meditazione, pranayama e asanas sotto la guida del suo Acarya (insegnante).

È Presidente di una A.S.D., con la quale tiene corsi di Yoga e Meditazione per adulti e bambini, tra cui anche corsi per bambini presso la Scuola Primaria Quintino Di Vona di Cassano d'Adda.

Dal 2011 al 2014 ha collaborato con l'Associazione Shiatsu Aiwa di Cassano d'Adda, dove ha tenuto corsi di Yoga e Meditazione per adulti e corsi per bambini presso la Scuola Primaria Quintino Di Vona di Cassano d'Adda.

CORSI ATTIVI

Percorso di Formazione Triennale Insegnanti Yoga e Meditazione