

Il workshop Musica e yoga con Leanza e Pennesi oggi al Politeama di Tolentino
Lo studio delle note adatte ai chakra per ritrovare energia, equilibrio ed armonia

Vibrazioni per l'anima

Come la musica può interagire con lo yoga? Come le vibrazioni sonore possono riflettersi nel corpo, attraverso i Chakra, per ritrovare energia, equilibrio ed armonia? Alcune risposte si avranno oggi alle 15 al Politeama di Tolentino dove si svolgerà "7 note per 7 chakra Armonia ed equilibrio", workshop di yoga e musica condotto da Sibilla Leanza, insegnante di Hatha Yoga, e Cinzia Pennesi musicista e compositrice.

L'energia dei chakra

Un laboratorio per scoprire come ritrovare armonia ed equilibrio attraverso la musica e la pratica yoga. I nostri chakra vibrano in risonanza con la musica e i suoni che hanno la loro stessa vibrazione. La musica può portare l'energia dei chakra in 2 direzioni: verso l'alto esprimendo le loro qualità divine ed elevanti, e verso il basso esprimendo le qualità mate-



Cinzia Pennesi direttrice stabile della Orchestra Accademia della Libellula e dal 1990 del Coro Polifonico Antonelli di Matelica

riali. Sibilla Leanza è naturopata e counselor a mediazione corporea, istruttrice di yoga con metodo Ananda Yoga, formata presso Ananda Yoga Academy of Europe. Trainer di classi di movimento corporeo bioenergetico, naturopata, diplomata all'Istituto Riza di medicina psicosomatica di Bologna. Specializzata in Lettura corporea e tecniche di Bioenergetica. Allieva del dott. Francesco Padrini, psicoterapeuta, psicosomatista, docente

dell'Istituto Riza. Iscritta alla Siab di Roma, società italiana di analisi di bioenergetica riconosciuta dal Ministero dell'Università e della Ricerca Scientifica affiliata all'International Institute for Bioenergetic Analysis di New York.

Pianista e direttore

Cinzia Pennesi è direttore d'orchestra e di coro, pianista, compositrice. Svolge un'intensa attività concertistica in Italia e all'estero. Ha diretto mol-

te orchestre ed è direttrice stabile dell'Orchestra Accademia della Libellula (che ha fondato nel 2000 con le sorelle Laura ed Anna) e dal 1990 del Coro polifonico Antonelli di Matelica. Si dedica da anni al Teatro musicale dirigendo importanti produzioni dal melodramma al musical. Ha registrato e partecipato a trasmissioni in onda su Raiuno, Raidue, Rai-RadioTre, Sky, Rai-International, Radio Vaticana, Radiotelevisione Serba, Marco PoloTv. Ha inciso per Rai Trade, Bottega discantica e Kho. Sue composizioni sono edite da Rai Trade. Insegnante di pianoforte, direzione corale e tecnica vocale tiene inoltre seminari e laboratori su leadership armonica. Nel 2008 ha ricevuto il Premio Marisa Bellisario.

Il workshop avrà luogo negli splendidi spazi della sala polivalente del Politeama dalle 15 alle 19,30.

s. f.

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Mostre e musei

Ancona

Magnitudo di uno sguardo

Alla Pinacoteca Podesti di Ancona è in corso la personale di Marco Puca "Magnitudo di uno sguardo": 29 tele, nove acquerelli e un gessetto su carta
► Pinacoteca Podesti, fino al 15

Senigallia

La realtà ingannata

Al Palazzo del Duca di Senigallia prorogata fino all'11 febbraio la mostra fotografica "La realtà ingannata. Ferroni, Giacomelli, Salvalai"

► Palazzo del Duca, fino all'11

Fermo

L'arte scientifica

Oggi ultimo giorno di apertura a Fermo, Palazzo dei Priori, piano terra, per la mostra fotografica "L'arte scientifica" sulla valenza artistica del tombolone scientifico.

► Palazzo dei Priori, fino a oggi

Pesaro

Qualsiasi alla Pescheria

A Pesaro presso la Pescheria è aperta fino a oggi la mostra fotografica "Qualsiasi" a cura di Alessandro Dandini de Sylva

► Pescheria, fino a oggi

230
229
228
227
226
225
224

223

222

221

220
219

7 LA 7
6 ITALIA 1
5 CANALE 5
4 RETE 4
3 RAI 3
2 RAI 2
1 RAI 1

C'è un'isola in mezzo al mare
...fate un salto, veniteci a cercare

Alma



ALICE

RACCOLTA PUBBLICITARIA
PIEMME

che piaccia o no
da noi la cucina è un piacere



www.alice.tv