

La serata di ieri in Prato della Valle e all'Orto Botanico invasi da praticanti dello yoga per celebrare la giornata internazionale (foto Bianchi)



## LA KERMESSE

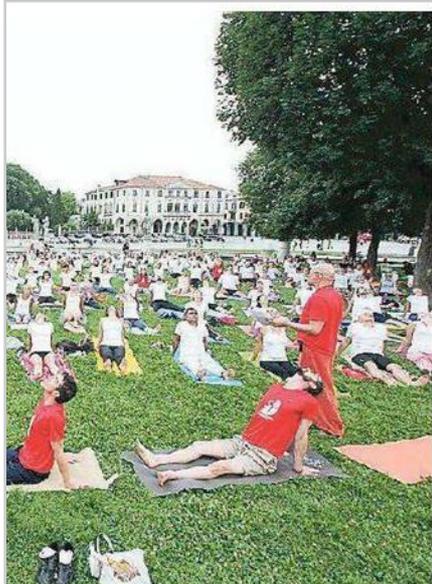
# Prato e Orto invasi verso il tramonto per il raduno yoga

Il saluto al sole lo hanno dato almeno 700 persone. Tra Orto Botanico e Prato della Valle, il primo giorno d'estate ha radunato una massa di praticanti e neofiti per la quarta edizione della "Giornata internazionale dello yoga", a cui hanno aderito circa 200 nazioni del mondo. All'Orto, ieri sera attorno alle 20, hanno partecipato in 300 all'evento organizzato per il secondo anno consecutivo dall'Università di Padova. Metà erano dipendenti o studenti dell'ateneo, mentre per la restante parte l'appuntamento era aperto a tutto la cittadinanza previa iscrizione. A condurre la lezione è stata Tiziana Fantuz, insegnante di lungo corso, fra le prime a esportare la pratica dello yoga a Padova: «Tutto il mondo festeggia questa giornata, promossa per infondere uno stato di pace interiore. Al di là del luogo e della latitudine, c'è una situazione speciale, che corrisponde al solstizio d'estate: praticare lo yoga nella giornata più lunga dell'anno si ritiene sia di buon auspicio. L'Onu ha manifestato totale adesione all'iniziativa e attraverso il passaparola oggi (ieri,



ndr) si ritrovano tantissime persone per unirsi in unico respiro. Ogni insegnante ha una sua modalità: personalmente cerco di creare uno stato d'interiorità e fare in modo che diventi un vero e proprio stile di vita». L'Università ha attivato corsi di yoga e tai chi per i propri dipendenti, nell'alveo del progetto di sport benessere incentivato dal delegato Antonio Paoli. Il 12 luglio, sempre all'Orto Botanico, si terrà un

evento simile dedicato ai tai chi. In Prato della Valle, lo "Yoga Day" è stato onorato da oltre 400 persone. Una decina di scuole di yoga hanno creato il "Comitato Yoga di Padova" proprio in occasione della manifestazione. «È il primo anno, che promuoviamo la giornata dello yoga in maniera collettiva», spiegano gli organizzatori, «Abbiamo fatto rete per trasmettere la nostra opera e sentirci parte della



stessa comunità». Seguendo il protocollo indicato dal primo ministro indiano Narendra Modi, il maestro Paolo Proietti, assieme ad altri 25-30 insegnanti, ha aperto la lezione con il più classico degli ohm, proseguendo poi per un'ora con gli asana, posizioni yoga fattibili da tutti proposte per invogliare sempre più persone a conoscere una pratica millenaria, ma attualissima.

**Mattia Rossetto**