

Mario Reinert

Um dos mais experientes professores de Ashtanga Vinyasa Yoga do Brasil, foi um dos primeiros brasileiros autorizados a ensinar o método Ashtanga Vinyasa Yoga pelo KPJAYI em Mysore na Índia.

Após muitos anos de prática e ensino e por ver inconsistências na ortodoxia do método, buscou um novo caminho desligando-se do instituto e ensinando a prática de uma maneira mais livre, baseada nos processos de krama, com respeito às diferenças de cada pessoa, preparando os alunos para a prática e respeitando os limites de cada individualidade.

Trilhou um longo caminho nas artes marciais e praticou o Ashtanga de maneira ortodoxa por anos, com isso teve questões de joelho e quadril que o levaram a desenvolver uma maneira segura e eficiente de prática...

Mario dirige o Namaskara Yoga e Meditação na Bahia, e dedica-se ao ensino de Ashtanga Vinyasa Yoga dentro de um processo gradativo sequencial, chamado de Krama e também o ensino da Respiração e Meditação como parte essencial da prática de yoga e principal maneira de se atingir o Autoconhecimento.

Mario é faixa preta de Aikido, de onde vem muitos dos princípios dos ajustes suaves e precisos que utiliza, e é também professor certificado pelo Santa Barbara Institute for Consciousness Studies (usa/califórnia) a ensinar o programa CEB – Cultivating Emocional Balance.

INTENSIVO ASHTANGA YOGA 12 a 18 de ABRIL Abhyasa yoga Lisbon CHIADO – LISBOA – PORTUGAL

VALOR (Intensivo completo) = 250,00€

Fim-de-semana (sexta a domingo) = 160,00€

Semana Mysore = 100,00€

Drop-in (segunda a quinta) = 25,00€

VALOR RESERVA = 100€.

(Pagamento por Mbway : 910873542)