



NOME: Francesca Caratozzolo
Insegnante di Hatha Yoga

Formazione in studi classici, pianoforte e danza. Diplomata attrice alla Civica Scuola d'Arte Drammatica Paolo Grassi e appassionata di vocalità e canto, affianco al percorso professionale artistico che indaga la molteplicità dei linguaggi e delle forme espressive, quello dell'insegnamento.

Pratico yoga dal 1998 e lo 'insegno' dal 2006.

Dopo un primo approccio attraverso il metodo

Iyengar ho seguito i principi della Scuola Satyananda

praticando con Ferruccio Ascari presso il Centro Studi Yoga a Milano.

Nel 2001 ho iniziato a frequentare i corsi di Lella Calvino e Claudio Conte presso il Centro Shakti e nel 2006 ho compiuto la formazione quadriennale insegnanti SFIDY studiando con Patrick Tomatis, Claudio Conte, Boris Tatzky, Alberta Biressi e con Marilia Albanese per l'approfondimento teorico e filosofico, orientandomi infine verso la linea di trasmissione di Patrick Tomatis, allievo di Nil Hahoutoff.

La stesura della tesi di diploma 'Voce, Canto, Parola, Poesia. Una strada possibile.' è stata occasione per riflettere su connessioni e risonanze tra la pratica personale e l'elaborazione di un progetto musicale intitolato L'oter. In merito al progetto sono stata relatrice al convegno 'Tra Yoga e Musica' a cura di Roberto Perinu, per la VI° edizione del Festival 'Incontro con l'India 2009' - Città di Candelo, Biella.

Da autodidatta ho approfondito i principi di alcune tecniche di rieducazione posturale: Feldenkrais e Rolfing ed ho praticato Aikido con Jerome Allamand, allievo del Maestro André Cognard.

Sono iscritta in qualità di socio ordinario alla YANI - Yoga Associazione Nazionale Insegnanti.

Partecipo alla formazione continua, in particolare al ciclo di letture teorico-pratiche sui testi dello Sivaismo non duale del Kashmir e sui rapporti tra fondamenti dello yoga e fondamenti del pensiero occidentale, tenute da Alessandro Manià