

**Domenica 22 maggio alle ore 11.00 il Rossini Art Site ospiterà un seminario di Yoga a cura di Benedetta Spada, autrice di “Yoga dinamico facile” (Anima Edizioni) e di “Yoga in viaggio” (Eifis Editore).**

Benedetta Spada, milanese, ha studiato danza e teatro, ma ha poi trovato la “sua” via di comunicazione e terapia attraverso lo yoga, che insegna da 16 anni. Benedetta collabora come esperta di benessere e alimentazione con Radio Montecarlo e Yoga Journal, e dal 2014 lavora con l'oncologo Franco Berrino, guidando sedute di meditazione per accompagnare le persone verso la consapevolezza. Attualmente tiene corsi a Milano, proseguendo le collaborazioni all'estero. Nel 2015 è stata una delle tre “maestre” dello Yoga Tour, un'iniziativa promossa dai FAI in collaborazione con il Corriere della Sera, che ha portato lo YOGA come disciplina in alcune delle più belle location italiane, tra saloni e angoli di palazzi storici.

Anche il Rossini Art Site si presta con tutta la sua bellezza ad ospitare Benedetta Spada con una sessione di Yoga di 90 minuti in un parco di sculture, un museo open air incastonato tra le verdi colline della Brianza, adagiato nell'oasi naturalistica del Parco della Valle del Lambro, che offre un panorama incantevole e suggestivo, ritmato dalle opere d'arte che scandiscono la storia della scultura italiana ed internazionale del Secondo Novecento. La giornata si configura quindi come un'occasione unica per ritrovare la pace e l'armonia con la bellezza che ci circonda, attraverso gli occhi e attraverso la meditazione.

Al termine della lezione sarà possibile prenotare un cestino da pic nic contenente una degustazione di pietanze Veg, confezionato da Yuki, ristorante specializzato nella cucina naturale, appositamente per l'evento, e consumarlo nel parco, a stretto contatto con la natura (€ 10.00, su prenotazione). Per tutti i partecipanti è poi prevista alle ore 14.00 una visita guidata alla scoperta di una collezione unica e della sua affascinante storia, quella che ha portato l'industriale e mecenate Alberto Rossini a fare di quest'angolo di Brianza un vero incanto.

---

### **DOMENICA 22 MAGGIO ORE ORE 11.00**

Presso l'incantevole parco di sculture del Rossini Art Site

Via Col del Frejus, 3 a Briosco (MB).

Prezzo unico: € 20,00

(include: ingresso, seminario di yoga e visita guidata)

Prenotazione obbligatoria:

[info@rossiniartsite.com](mailto:info@rossiniartsite.com) / 335 5378472

**CONTATTI** Via Col del Frejus, 3 20836 Briosco – Italia [www.rossiniartsite.com](http://www.rossiniartsite.com)  
[info@rossiniartsite.com](mailto:info@rossiniartsite.com) Tel: [+39 335 5378472](tel:+393355378472)

