



Curriculum

Ilaria Perni comincia a praticare yoga fin da giovanissima.

Segue una prima formazione presso il **Centro Yoga "Joytinat"** di Genova con **Swami Joythimayananda** del Tamil (Sud India) e successivamente si diploma alla "**Scuola di Yoga Satyananda Ashram Italia**". Continua tuttora gli studi della Tradizione Indiana presso il "**Gitananda Ashram**" di Altare (Sv), sede dell'

Unione Induista Italiana, con **Svami Yogananda Giri**, Samnyasini Nirajitanada Giri, Svamini Ma Uma Shakti Giri, Svamini Hamsananda Giri.

Insieme alla pratica dello Yoga intraprende lo studio dell' Ayurveda, del Massaggio Tradizionale Ayurvedico e del PanchaKarma, diplomandosi come Operatore in Ayurveda, prima alla **Joytinat** e poi all' "**Istituto di Medicina Ayurvedica**" di Firenze sotto la guida del Dottor **Bhagwan Dash** e della Dottoressa **Lalitesh Kashyap** di New Dheli.

Ma è solo con l'incontro con il proprio Maestro, **Prakash Shankar Vyas** (Guruji), e con la pratica del Kriya Yoga , che comincia ad essere guidata in quello che lo Yoga è : una Via di Autorealizzazione dello Spirito.....