

## **BOMBONATO SERENELLA (SHANTI SURYA)**

*“Mi chiamo, Bombonato Serenella ed ho iniziato danza già all’età di cinque anni, e successivamente mi sono avvicinata al pilates e allo yoga... discipline delle quali oggi non potrei più fare a meno...*

*Nel corso degli anni ho conseguito diversi attestati riconosciuti dal CONI in entrambe le discipline: POSTURAL PILATES MATWORK - YOGA PILATES - PILATES IN GRAVIDANZA - POSTURAL PILATES REFORMER (lavoro sui grandi macchinari) e il DIPLOMA DI INSEGNANTE DI YOGA rilasciato dalla Prestigiosa scuola VIVEKANANDA YOGA ANUSANDHANA SAMSTHANA di Bangalore (India).*

*Queste discipline non vogliono sostituire la medicina occidentale ma aiutano l’uomo a vivere meglio e a limitare l’uso dei farmaci e psicofarmaci che, come sappiamo, sono dannosi per la salute.*

*Ho studiato rilassamento e massaggi con strumenti dal suono mistico (campane tibetane – campane di cristallo – tamburi armonici – gong -- rain stick – campane armoniche e ancora altri strumenti ) e i diapason ( forcelle in alluminio) che agiscono come degli ultrasuoni sul corpo umano portando beneficio anche a livello articolare (per esempio in patologie croniche come l’artrosi-osteoporosi), agendo specificatamente sul dolore oltrechè sul rilassamento.*

*I suoni agiscono direttamente sul sistema nervoso centrale dando un benessere prolungato a tutto l’organismo sia interiormente che esteriormente.*

*Ho approfondito lo studio dei cristalli ... (ALTRE MERAVIGLIOSE ENERGIE per la salute dell’uomo) ottenendo il diploma di cristalloterapeuta presso la Crystal Accademy fondata da K.Raphaell, titolo riconosciuto in Italia e all’Estero.*

*Ho partecipato a numerosi seminari con grandi maestri spirituali come la Maestra di Yoga Ratna (lo Yoga del Gioiello) Gabriella Cella e tanti altri...*

*Se mi dovessi definire mi definirei esploratrice dell’Anima,  
e il bello è che non si finisce mai di imparare!*

*TANTA LUCE A TUTTI VOI ... CON IL CUORE... SHANTI SURYA “*

**“ Gli altri possono mostrarci una via ... ma tocca a noi scegliere di seguirla” LAMA  
GANGCHEN**