

Patrizia Capitanio

Laureata in filosofia all'università degli studi di Bologna, è allieva di Renato Franci e Saverio Marchignoli in filosofie e religioni dell'India. Inizia lo studio di pratiche corporee da bambina, attraverso la danza classica e contemporanea, per poi virare verso l'improvvisazione e la contact improvisation, arte marziale integrata alla danza. Nel 2007 incontra la pratica yoga di derivazione Iyengar e nel 2010 studia con Bruno Baleotti, Paola Palmi e Gianluca Bersaglia della scuola yoga Parinama.

Dal 2010 al 2015 è allieva di Paolo Nicolini col quale approfondisce gli aspetti terapeutici dell'improvvisazione. Con lui studia tai chi chuan (scuola di Flavio Daniele), tecniche di eutonia, rilassamento e di bioenergetica. Dal 2013 diventa sua assistente e inizia a insegnare hatha yoga presso il suo centro (il volo). Frequenta il primo anno della formazione per insegnanti di yoga di Carlos Fiel e Gualtiero Vannucci (Sadhana, unione Europea di Yoga). Nello stesso anno studia Tai ki Kung con il maestro Ming Wong e pratica con Alessandro Conte (Centro Naturista) per diversi anni.

Nel 2014 incontra la meditazione Vipassana (tradizione buddhismo theravada) con il monaco Bhante Sujiva. Questo evento segna il punto di svolta che direziona la sua pratica di yoga verso la meditazione. Dal 2014 studia hatha yoga con Carla Corradini e Rossella Tomasi. L'anno dopo viene ammessa al percorso di approfondimento di meditazione col maestro Franco Bertossa del quale è tuttora allieva di yoga, meditazione e aikido. Nel 2018 si diploma nella formazione quadriennale per insegnanti di yoga e yoga in gravidanza e dopo parto con Beatrice Benfenati allieva di G. Blitz (A.s.i.a).