



Curriculum Vitae

Mi chiamo **Roberto Jardini**, padre di 3 figli ormai quasi indipendenti, vivo a Chiasso.

Da sempre attirato dall'apprendimento di nuove conoscenze e dall'insegnare, o meglio, tramandare ad altri quanto personalmente sperimentato. Come prima esperienza ho fatto l'animatore scout, in seguito maestro di sci, più tardi docente di elettronica ed ora insegnante di yoga. Tutte attività svolte per piacere oltre al normale lavoro quotidiano che mi dà il necessario per vivere.

Rimanendo al presente, a proposito di yoga questo è il mio lungo percorso:

Nel lontano 2000 ho iniziato a frequentare corsi yoga più per curiosità verso qualcosa di nuovo che per un vero interesse in quello che ho poi scoperto essere il vero yoga.

Ho avuto l'opportunità oltre alle lezioni settimanali, di integrare momenti di formazione e pratica di pranayama con mia suocera, docente di yoga e specializzata in pranayama, proprio grazie a lei ho cominciato a capire cosa ci fosse nello yoga oltre alle posizioni di asana e alla parte prettamente fisica.

Nel 2018 ho quindi iniziato ad approfondire il campo dello yoga con lo studio in autonomia, ho poi frequentato un seminario con la permanenza di una settimana in Ashram per capire se fossi veramente interessato ad approfondire la mia conoscenza.

Trascorsa questa settimana in cui mi sono trovato meravigliosamente bene, ho iniziato il corso triennale di insegnati terminato nel 2021.

Nel 2021 ho iniziato con l'insegnamento dello yoga a livello amatoriale, questa attività è coinvolgente e attualmente tengo 3 corsi settimanali a Chiasso di hatha yoga e di yoga nidra.

Siccome l'universo yoga è immenso, parallelamente continuo la mia formazione con corsi settimanali regolari, con approfondimenti durante il weekend e con seminari specifici direttamente in Ashram.

Diplomi e certificati:

- Diploma d'insegnante di Hatha yoga metodo Satyananda Corso triennale 500 ore
- Seminario 6 giorni in Ashram "perfezioniamo le asana di piegamento in avanti"
- Seminario 6 giorni in Ashram "Kriya yoga 1"
- Seminario 4 giorni in Ashram "Tattwa shuddhi"
- Seminario 3 giorni "Buddha della medicina e respiro di guarigione"

Di seguito se siete interessati ad approfondire, avete qualche domanda o volete semplicemente conoscermi vi indico come raggiungermi o come seguire alcune lezioni di yoga sul mio canale youtube.

Vita quieta, mente lieta e ... buona giornata

Roberto Jardini

Via Argentina 4

6830 Chiasso

Cellulare: 079/506 81 65

Whatsapp: 39 340 533 55 43

e-mail: ciaomare2004@yahoo.it

www.yogachiasso.ch

<https://www.youtube.com/channel/UCqfbMoOAb452n4UelgzSFeA>

<https://www.facebook.com/yogachiasso/>

<https://www.instagram.com/yogachiasso/>