

## **ANTONIO MANDARINO**

Sono nato a Palermo il 19/2/1968 e dal 1975 vivo a Roma.

Dal 1995 pratico Yoga e dal 1998 svolgo trattamenti di riequilibrio energetico attraverso lo Shiatsu.

Nel 2002 ho conseguito il diploma di operatore Shiatsu del metodo Masunaga presso l'Istituto Europeo di Shiatsu di Roma e nel 2008 mi sono diplomato come Insegnante di Yoga presso il Centroanandayoga di Roma.

Mi sono formato in entrambe le discipline, con studio e pratica di 4 anni, per un totale di 8 anni e proseguo il mio percorso, aggiornandomi costantemente attraverso Insegnanti e guide che mi arricchiscono quotidianamente.

Attualmente ho abbracciato lo studio e la pratica del dharma tibetano, conduco lezioni di Yoga individuali e di gruppo, sessioni di Meditazione e trattamenti Shiatsu.

