

"LO YOGA LA MATTINA del giovedì"

Tutti i giovedì dalle 9,30 alle 11,



Meri Lao, nata a Milano (1928), cresciuta a Buenos Aires e a Montevideo, ha una personalità poliedrica: concertista di piano, musicologa, ha pubblicato 39 libri (i più noti quelli sul Tango, sulle Sirene, e quelli di Didattica per La Nuova Italia), è stata pioniera nella diffusione della canzone latinoamericana curando dischi (i primi degli Inti Illimani) e programmi RAI; ha tradotto opere liriche, libri come "Lettera a una professoressa" di Don Milani, molti film, varie centinaia di poesie e

testi di canzoni; ha scritto pièces teatrali; ha tenuto la rubrica umoristica del settimanale "Tango" dell'Unità diretto da Staino; ha preso parte a una dozzina di documentari e di film... ed è sempre intenta a "concludere" qualche ricerca, come al solito a 360 gradi, sul Numero Sette, sulla Musica Strega, sul Femminile Oscuro, sull'Uovo, su Memoria emersa da un mare di carta, ecc. Se chiedete a Meri Lao come fa ad avere tutta questa energia a 81 anni e mezzo, vi dirà che pratica lo Hatha-Yoga sin da adolescente, disciplina che, nelle ore libere della sua attività di insegnante, ha "passato" agli allievi e ai colleghi del Liceo Sperimentale della Bufalotta, del Liceo Virgilio e delle Magistrali. Ha dettato regolari corsi di Hatha-Yoga nella palestra di via Santa Dorotea (oggi Cinema Intrastevere), e nel Laboratorio da lei fondato di vocalità femminile unita al gesto, culminato con la scena che Federico Fellini ha incluso nel suo film "La città delle donne" del 1978.

Ha anche frequentato come allieva molte palestre romane, e in particolare un eccezionale seminario al San Camillo che l'ha rimessa in sesto dopo una seria frattura piatto-tibiale. Ha seguito vari metodi nelle diverse città che ha visitato per lavoro oper turismo, cosicché alla sua radicata esperienza di Yoga può aggiungere Messagé, Bertherat, Zilgrei, le posturali, nonché i cinque riti Tibetani, appresi da un derviscio rotante.



**00193 Roma, Lungotevere Prati n. 19, Tel. Fax. 06 68134388, e-mail:
scuola.igea@shiatsuigea.com**