

The Yoga Gallery Festival en Lleida celebra el arte de vivir

The Yoga Gallery es un festival internacional de yoga que se celebrará en la ciudad de Lleida del 22 al 28 de abril y ofrecerá una experiencia única y genuina para aquellas personas que busquen o entiendan el yoga como una herramienta para toda la vida

El yoga se ha popularizado tanto a nivel mundial, que el número de estudios, clases y practicantes de yoga ha crecido considerablemente en los últimos cinco años y según la OMS, más de 300 millones de personas lo practican regularmente en el mundo. A pesar de ser una ciencia milenaria, el yoga en Occidente es un nuevo formato para la espiritualidad, para la relajación y para estar en forma, y ayuda a trabajar la mejor versión de cada uno para afrontar los desafíos de la sociedad actual.

The Yoga Gallery es un festival internacional de yoga que se celebrará en la ciudad de Lleida en espacios singulares como el conjunto monumental de la Seu Vella, La Panera o el Espacio Cavallers, del 22 al 28 de abril y ofrecerá una experiencia única y genuina para aquellas personas que busquen o entiendan el yoga como una herramienta para toda la vida.

El profesor de yoga Gabriel Pena, codirector y fundador del festival, explica que The Yoga Gallery "es un lugar seguro donde cualquier persona puede crear, conectar y crecer." The Yoga Gallery "son experiencias inéditas en lugares únicos, diseñadas para que sea todo un referente de yoga en el Sur de Europa." Gabriel Pena concluye que "el yoga aporta las herramientas para afrontar los desafíos en la salud mental de nuestros tiempos. Por este motivo el yoga es un refugio, otra forma de vivir en un mundo sostenible y solidario".

Durante el festival, veinte profesores y artistas, de diferentes países impartirán un total de 50 horas de prácticas de diferentes clases de yoga como el Hatha, Kundalini, Yin o Vinyasa, meditación y otras propuestas artísticas. En el festival también participarán profesores locales, que liderarán la primera parte del festival, la que se conoce como TYG OFF, una serie de clases gratuitas en distintas localizaciones de la ciudad de Lleida.

El festival también contará con dos sesiones de "laboratorio", un concepto en el que The Yoga Gallery apuesta por maridajes aparentemente imposibles, al tratarse de una mezcla de música electrónica y vídeo proyección, a cargo de Arms & Sleepers, y de una sesión guiada por el maestro Surinder Singh, ahora mismo el maestro más popular de Rishikesh (India), capital mundial del yoga. Asimismo, habrá espacio para el yoga más tradicional con prácticas de Hatha, Kundalini o Vinyasa e incluso experiencias de meditación con caballos y terapias de sonido.

En este sentido, destaca la presencia del británico James Crossley, que aparte de impartir sesiones de Yin Yoga, expondrá su viraje a la dimensión espiritual del yoga y de la terapia del sonido después de

haber sido culturista y un personaje mediático en el Reino Unido. Otros profesores e instructores que conforman el programa son Rochelle Mello, Alexis Racionero, Mireia Coma-Cros, Olga Oskorbina, Mitch Burnett, Sandra Arnaiz, Yolanda Modrego.

En cuanto al programa más musical, se podrá disfrutar de la música de raíz espiritual de Xarim Aresté, y de un concierto en la Seu Vella de uno de los referentes de la música emocional y kirtan como es Ravi Ramoneda.

Para la propuesta artística, The Yoga Gallery Festival en colaboración con la Fundació Sorigué expondrán por primera vez la obra "Burn to Shine" del artista suizo Ugo Rondinone, que se podrá visualizar de forma gratuita hasta el 2 de junio en la Casa de la Volta de la Seu Vella.

Para todos aquellos interesados en alojarse en Lleida, The Yoga Gallery Festival Lleida 2024 ha llevado a cabo la iniciativa "Adopta un yogi", un programa que promueve que los hogares llerdenses y del territorio abran las puertas para acoger a participantes del festival, a cambio de entradas gratuitas. De este modo y en línea con la filosofía del festival, The Yoga Gallery promueve la convivencia y las relaciones entre los amantes del yoga mientras comparten y descubren la ciudad de la mano de su gente.

The Yoga Gallery Festival Lleida 2024 es posible gracias a la colaboración del departamento de Turismo de La Paeria de Lleida, la Diputació de Lleida y el Consorcio del Turó de la Seu Vella de Lleida, entre otros patrocinadores.

El Yoga Gallery Festival también se celebrará en la isla de Lazareto de Menorca del 3 al 9 de junio.

PROGRAMA - Profesores excepcionales en entornos únicos

Los profesores que participan en The Yoga Gallery Festival Lleida'24 son el resultado de una búsqueda exhaustiva de perfiles poco conocidos pero con altas capacidades comunicativas y un alto conocimiento de sus materias, a raíz de sus propias experiencias.

ROCHELLE MELLO (Brasil)

Profesora de yoga, enseña Hatha Yoga con una clara influencia Iyengar. Práctica exigente y amable.

JAMES CROSSLEY (Reino Unido)

De culturista a profesor de yoga y terapeuta del sonido. Sus sesiones de sonido de gongs y otros instrumentos no dejará a nadie indiferente. Imparte Yin Yoga y talleres de coaching personal.

MIREIA COMA-CROS (Barcelona)

Profesora de yoga especializada en personas con cáncer o enfermedades crónicas y de entornos vulnerables. Enseña Hatha Yoga orientado a la prevención de la salud. Práctica agradable y reflexiva.

SANDRA ARNAIZ (Barcelona)

Profesora de yoga y música. Enseña Hatha y Nidra Yoga. Práctica para despertar la conciencia corporal.

YOLANDA MODREGO (Barcelona)

Profesora de yoga y coach generativo. Imparte Kundalini yoga y talleres de coaching generativo con caballos, conectando con la pura naturaleza.

ALEXIS RACIONERO (Barcelona)

Profesor de yoga y escritor. Imparte clases de Kundalini yoga y charlas con el propósito de conectar con el camino diario del yoga.

OLGA OSKORBINA & MITCH BURNETT (Rusia i Australia)

Profesores de yoga. Enseñan Jivamukti Yoga. Práctica original, creativa y exigente.

ARTISTAS

RAVI RAMONEDA (Barcelona)

Cantante védico y espiritual.

XARIM ARESTÉ (Flix)

Cantautor con raíces espirituales

ARMS & SLEEPERS (Bosnia-Hercegovina)

Música electrónica, tranquila e inmersiva.

UGO RONDINONE

Artista suizo que medita sobre la naturaleza y la condición humana al tiempo que establece un vocabulario formal orgánico fusionando una gran variedad de tradiciones escultóricas y pictóricas. Su obra "Burn to Shine" se podrá visitar gratuitamente en la Casa de la Volta de La Seu Vella.

Para la compra de entradas, de dos o tres días, así como entradas para los conciertos de Ravi Ramoneda, Xarim Aresté y los TYG Labs del viernes y sábados.

Visitar <https://lleida.theyoga.gallery/>

Datos de contacto:

Bárbara Martínez
The Yoga Gallery
620677154

Nota de prensa publicada en: [Lleida](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Cataluña](#) [Eventos](#) [Otros deportes](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>