

CURRICULUM VITAE

Valentina D'Assunta

Nata a Roma il 14 febbraio 1977

+39 393 1056708 +39 06 45478750

valentina.dassunta@gmail.com

Nel 2004 si laurea in Lingue e Civiltà Orientali presso l'Università degli studi di Roma "La Sapienza".

Dedica gran parte del suo percorso formativo alla cultura indiana, studiandone la storia, l'arte, le religioni e la filosofia.

Proprio per il suo grande amore per l'universo indiano decide di avvicinarsi alla pratica dello yoga; dopo varie esperienze, nel 2006 inizia a praticare l'Ashtanga Vinyasa Yoga con la grande insegnante Tina Pizzimenti. Frequenta la sua scuola fino al 2011. In quello stesso anno, in attesa del suo primo figlio, continua la sua pratica nella scuola Ashtanga Yoga Roma di Gabriele Severini. Nel 2012 inizia a frequentare l'Ashtanga Yoga Research Institute di Lino Miele.

Nel 2010 soggiorna per un lungo periodo a Mysore in India, dove studia al K Pattabhi Jois Ashtanga Yoga Institute. Nello stesso momento studia all'Anantha Research foundation, dove ritrova due grandi insegnanti, Prof. MA Narasimhan, Dr.ssa MA Jayashree, incontrati qualche anno prima in Italia. Con loro approfondisce la filosofia indiana, i canti (secondo il metodo tradizionale srutiparampara) degli Yoga sutra e della Bhagavad-gita e la meditazione.

Decide di conoscere il maestro Sri Sheshadri ed inizia a frequentare la sua scuola, "PAVY", Patanjala Ashtanga Vinyasa Yoga, sempre a Mysore.

Durante tutto il soggiorno indiano si dedica ad un attento studio del pranayama sotto la guida dell'esperto guru Sri BNS Iyenger.

Nel corso di questi anni di pratica ha preso parte a numerosi workshop, teacher training e ritiri con diversi insegnanti di fama internazionale, Tina Pizzimenti, Kino Mc Gregor, Lino Miele, Mark e Joanne Darby, Sri Manju Jois, Chuck Miller, Kristina Karitinou.

Oltre alla pratica e all'insegnamento dello yoga, ha conseguito, nell'Ashram Joytinat, guidato dal maestro Swami Joythimayananda, il diploma in "Abyangam - Massaggio Ayurvedico". Ha seguito vari seminari ed ancora attualmente impegnata nella sua formazione come terapeuta ayurvedica.