



Registered Yoga School
200 ore e 500 ore

SOLOYOGA a.s.d.s.

in collaborazione con POLISPORTIVA SAN GIUGLIANO a.s.d.



Polisportiva San Giuliano ASD - Via Cavour, 32/A

propone il quinto

CORSO FORMAZIONE INSEGNANTI YOGA A MODULI

I ANNO (biennio 2010-2011)

10 SEMINARI PER UN TOTALE DI 110 ORE DI FREQUENZA

NEL SECONDO ANNO LA dr. CHIARA MARIANI SI OCCUPERÀ DELLA FISILOGIA DELLO YOGA E ALEXANDRA TERRÀ UN CORSO INTRODUTTIVO DI THAI MASSAGE, CHE SERVE PER CORREGGERE CON PIÙ SICUREZZA

I SEMINARI del secondo anno sono a TEMA

Gli insegnanti del primo anno del Corso Formazione Insegnanti esprimono gli standard richiesti dalla Yoga Alliance.



Hatha yoga e filosofia Alexandra van Oosterum E-RYT 500
socio YANI - autrice di "Power Yoga, no grazie"

Anatomia Chiara Cornacchia D.O. Osteopatia

COSTI E PAGAMENTI

Il corso (I anno) costa complessivamente € 850,00 più € 50,00 di quota associativa e spese di segreteria.

Al momento dell'iscrizione viene richiesto il versamento di un acconto di € 300,00 e quindi due versamenti di € 300,00 ciascuno, a maggio e ad ottobre.

La quota associativa dà diritto alla tessera Soloyoga-Csen.

Eventuali esterni che desiderano partecipare ad un singolo seminario o a parti di esso pagheranno € 30,00 la mattina, € 30,00 il pomeriggio, € 90,00 il week end intero.

Dovranno comunque associarsi e richiedere la tessera Soloyoga-Csen.

Ospitiamo, inoltre, Maestri Indiani ed esperti di diverse discipline affini per seminari di approfondimento, in date da definirsi.

Le date dei seminari sono indicative e verranno confermate in anticipo prima di ogni incontro.

Ogni due anni viene organizzato un corso (seminario extra) di due giornate di Pronto Soccorso per gli insegnanti di yoga, in collaborazione con la Croce Rossa Italiana di San Donato Milanese.

Il corso è indirizzato agli allievi di ogni anno.

CALENDARIO DEI SEMINARI:

28/29 novembre 2009 corso Pronto Soccorso – BEPS (seminario extra facoltativo)

- 1) 6/7 febbraio 2010 la colonna vertebrale - introduzione corso chakra
- 2) 6/7 marzo 2010 il respiro - muladhara chakra
- 3) 10/11 aprile 2010 le anche 1° parte - svadhista chakra
- 4) 1/2 maggio 2010 le anche 2° parte - manipura chakra
- 5) 5/6 giugno 2010 il ginocchio - anahata chakra
- 6) 10/11 luglio 2010 le caviglie e i piedi - vishuddhi chakra
- 7) 18/19 settembre 2010 sternoclavicola - ajna chakra
- 8) 2/3 ottobre 2010 le spalle - sahasrara
- 9) 6/7 novembre 2010 il gomito
- 10) 4/5 dicembre 2010 la cervicale (ultimo incontro del primo anno)