



**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 PRIMO
CORSO FORMAZIONE INSEGNANTI YOGA "MASTER"**

Yoga Alliance 500 ore

III ANNO (2010) e IV ANNO (2011)

Il corso è indirizzato a coloro che hanno già un diploma valido per la registrazione YA 200 ore (RYT 200) e inizia con un minimo di 7 iscritti

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

Hatha yoga e filosofia Alexandra van Oosterum E-RYT 500



Pratica, mantra e kirtan Marco Mandrino E-RYT 500



Anatomia Chiara Cornacchia D.O. Osteopatia

Fisiologia dr. Chiara Mariani

Tecniche di meditazione dr. Giusy Boscolo

Mudra Cristina Mascherpa

Japa e mantra Rosy Spinazzi

Nozioni amm.ve e fiscali Paola Magnoleretto

COSTI E PAGAMENTI

Il corso (III e IV anno) si articola in 15 seminari, della durata di un week end ciascuno, e costa complessivamente € 1.350,00 comprensivo di quote associative e spese di segreteria.

Al momento dell'iscrizione viene richiesto il versamento di un acconto di € 350,00 e quindi due versamenti di € 500,00 ciascuno, a maggio e a dicembre.

La quota associativa dà diritto alla 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 III ANNO:

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

- 1) 27/28 febbraio 2010
- 2) 27/28 marzo 2010
- 3) 24/25 aprile 2010
- 4) 29/30 maggio 2010
- 5) 17/18 luglio 2010
- 6) 11/12 settembre 2010
- 7) 16/17 ottobre 2010

- 8) 30/31 ottobre 2010
- 9) 20/21 novembre 2010
- 10) 11/12 dicembre 2010

MATERIE PRESENTATE DURANTE IL CORSO:

Fisiologia e anatomia dello hatha yoga approfondite in relazione alle asana.

Psicologia della meditazione e del rilassamento.

Japa, mudra e bandha.

Kosha e dosha.

Lettura dei testi classici (Hatha Yoga Pradipika, Scienza dell'anima, Gheranda Samhita, Upanishad), scuole e tradizioni.

Fisco e marketing.

Verrà fornito, su richiesta, il programma dettagliato e l'elenco dei libri consigliati.

Le date dei cinque incontri del IV anno (2011) sono ancora da definirsi.

MODALITÀ DI PAGAMENTO

Per versare la quota di adesione alla nostra Associazione e/o alle iniziative da noi organizzate potete usufruire delle seguenti modalità di pagamento:

CONTANTI

BONIFICO BANCARIO

utilizzando il conto corrente a noi intestato, aperto presso:

BANCA INTESA SANPAOLO

fil. via G. Meda 49 Milano

c/c n. 615299900977

CIN H

ABI 03069

CAB 09560

IBAN: IT93 H030 6909 5606 1529 9900 977

ASSEGNO BANCARIO O CIRCOLARE

intestato a SOLOYOGA A.S.D.S.