



Registered Yoga School



Registered Yoga School

SOLOYOGA a.s.d.s.

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



Polisportiva San Giuliano ASD - Via Cavour, 32/A

propone il sesto

CORSO FORMAZIONE INSEGNANTI YOGA A MODULI

I ANNO (biennio 2011-2013)

10 SEMINARI PER UN TOTALE DI 110 ORE DI FREQUENZA

NEL SECONDO ANNO LA dr. CHIARA MARIANI SI OCCUPERÁ DELLA FISIOLOGIA DELLO YOGA E ALEXANDRA VAN OOSTERUM TERRÁ UN CORSO INTRODUTTIVO DI THAI MASSAGE, CHE SERVE PER CORREGGERE CON PIÙ SICUREZZA

I SEMINARI del secondo anno sono a TEMA

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



Hatha yoga e filosofia Alexandra van Oosterum E-RYT 500 e socia YANI

Anatomia Chiara Cornacchia D.O. Osteopatia

COSTI E PAGAMENTI

Il I anno del Corso Formazione 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 gennaio 2012 e ad aprile 2012.

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, € 85,00 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 possono subire variazioni per cause di forza maggiore. Verranno comunque confermate in anticipo prima di ogni incontro.

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

Il corso è indirizzato agli allievi del Corso Formazione Soloyoga, nonché agli insegnanti yoga esterni interessati e si paga direttamente alla Croce Rossa.

In programmazione il prossimo corso entro il 2012.

CALENDARIO DEI SEMINARI DEL PRIMO ANNO – SEZIONE A:

- 1) 22/23 ottobre 2011 la colonna vertebrale - introduzione corso chakra
- 2) 19/20 novembre 2011 il respiro - muladhara chakra
- 3) 10/11 dicembre 2011 le anche 1° parte - svadhastana chakra
- 4) 21/22 gennaio 2012 le anche 2° parte - manipura chakra
- 5) 11/12 febbraio 2012 il ginocchio - anahata chakra
- 6) 10/11 marzo 2012 le caviglie e i piedi - vishuddhi chakra
- 7) 14/15 aprile 2012 sternoclavicola - ajna chakra
- 8) 12/13 maggio 2012 le spalle - sahasrara
- 9) 9/10 giugno 2012 il gomito
- 10) 8/9 settembre 2012 la cervicale (ultimo incontro del primo anno)

CALENDARIO DEI SEMINARI DEL PRIMO ANNO – SEZIONE B:

- 1) 22/23 ottobre 2011 la colonna vertebrale - introduzione corso chakra
- 2) 26/27 novembre 2011 il respiro - muladhara chakra
- 3) 17/18 dicembre 2011 le anche 1° parte - svadhistana chakra
- 4) 4/5 febbraio 2012 le anche 2° parte - manipura chakra
- 5) 3/4 marzo 2012 il ginocchio - anahata chakra
- 6) 17/18 marzo 2012 le caviglie e i piedi - vishuddi chakra
- 7) 28/29 aprile 2012 sternoclavicola - ajna chakra
- 8) 19/20 maggio 2012 le spalle - sahasrara
- 9) 16/17 giugno 2012 il gomito
- 10) 15/16 settembre 2012 la cervicale (ultimo incontro del primo anno)