

# Reggio Emilia



Corso Annuale

# Istruttori Yoga 200/250 ore



# Ciao!



In questa brochure troverai tutte le informazioni sui nostri **corsi annuali per Istruttori/Insegnanti di Yoga.**

Per qualsiasi informazione o chiarimento, non esitare a contattarci al:

**[3887344803](tel:3887344803)** anche su **Whatsapp**

oppure scrivici a:

[info@yogaformazione.it](mailto:info@yogaformazione.it)

Puoi scegliere di fare un solo modulo ad esempio solo il primo anno (*200 ore*) e decidere in un secondo momento se continuare il secondo e terzo anno (*500 ore*), e successivamente il quarto anno (*760 ore*).

Se si è già conseguito il 200 ore, anche in un'altra scuola, si possono frequentare le 300 successive;

Se si è già conseguito il diploma 500 ore anche presso un'altra scuola si possono frequentare le 260 ore successive.

**Se si decide di frequentare l'intero percorso con la Nostra Scuola, si ha diritto ad un trattamento economico personalizzato.**



# Indice

Indirizzo e orari.....**4**

Date.....**5**

Esami.....**6**

Contatti.....**7**





## Indirizzo

**SDK Palestra**

**VIA GIOVANNI ZIBORDI, 14/A**

**REGGIO EMILIA**

## Orari

Dalle 9,00 alle 11,00 **PRATICA**

Dalle 11,00 alle 13,00 **TEORIA**

**PAUSA PRANZO**

Dalle 14,00 alle 16,00 **TEORIA**

Dalle 16,00 alle 18,00 **PRATICA**

# Date



8 e 09/11/25

**ALLINEAMENTI** apertura

29 e 30/11/25

**ANATOMIA FUNZIONALE**

20 e 21/12/25

**Allineamenti e Struttura Lezione**

24 e 25/01/26

**CHAKRA E AYURVEDA**

14 e 15/02/26

**PRANAYAMA**

07 e 08/03/26

**YOGA CLASSICO E TIPI DI YOGA**

24, 25 e 26/4/26

**RITIRO FINALE**

*Introduzione alla Meditazione*

*Filosofia del Tantra*

*Gestione Fiscale*

*Esami*

*\*Le date potrebbero subire piccole variazioni*



## Ritiro finale

L' esame avverrà in un ritiro di 3 giorni in un **contesto di pace** immerso nella natura. Sarà una **meravigliosa esperienza** di condivisione e crescita in compagnia di allievi provenienti da tutta Italia.

Durante il ritiro finale è previsto l'ultimo modulo di formazione, che comprende **Introduzione alla Meditazione, Filosofia del Tantra e Gestione Fiscale**.

Il ritiro con soggiorno si terrà presso:

**Cascina Yoga Planet**

Via Madonnina 25/27 - Castel D'Aiano (Bo)



Per qualsiasi altra informazione  
o chiarimento, non esitare  
a contattarci!

via mail: [info@yogaformazione.it](mailto:info@yogaformazione.it)

oppure al [3887344803](tel:3887344803) anche su **Whatsapp** !

[www.yogaformazione.it](http://www.yogaformazione.it)