

# Bologna



Corso Intensivo Residenziale Insegnanti

# Yoga Posturale





# Indice

Data e orari ..... **3**

Dove siamo ..... **4**

Obiettivi del corso ..... **5**

Contatti ..... **6**





## Date

**Dal 30 Giugno 2025  
al 6 Luglio 2025**

## Orari

dalle 8,00 alle 10,00

**Pratica**

dalle 10,00 alle 10.45

**Pausa colazione**

dalle 10.45 alle 12.45

**Teoria**

dalle 12.45 alle 14.45

**Pausa pranzo**

dalle 14.45 alle 16.45

**Teoria**

dalle 16.45 alle 17.15

**Pausa**

dalle 17.15 alle 19.15

**Pratica e prove di  
insegnamento**

*Possono essere proposti laboratori serali*



## Dove siamo

Per i nostri corsi intensivi residenziali estivi abbiamo scelto **un luogo di pace ed immerso in una grande energia di condivisione e accoglienza.**

Ci troviamo in una cascina sulle colline fuori Bologna, in un luogo incontaminato e di pace:  
**Via Madonnina, 27 - 40034 Castel D'Aiano (BO)**

Puoi impostare questo indirizzo sul tuo navigatore:  
**<https://maps.app.goo.gl/dnuJcaYvB2SLVG686>**

### **ATTENZIONE!**

**Una volta arrivati nel punto indicato dal navigatore occorre proseguire oltre questo punto finché non troverai un grande cartello "Yoga Planet"**

oppure, se preferisci arrivare in treno, la stazione di fermata più vicina è Vergato (BO), poi da **VERGATO TERMINAL** (a 2 minuti dalla Stazione) **BUS TPER 727** per Castel d'Aiano

Su richiesta, è possibile usufruire del servizio navetta dalla stazione di Vergato al costo di 50 € a testa per tratta.



## Obiettivi del corso

Il Master in **Yoga Posturale** ha come obiettivo quello di formare professionisti competenti e consapevoli, capaci di utilizzare i principi e le tecniche dello Yoga per aiutare gli studenti a migliorare il loro allineamento corporeo, ridurre il dolore e promuovere una maggiore consapevolezza del proprio corpo. Il corso consolida o fornisce nozioni di base che consentano un approccio professionale e accurato in un lavoro minuzioso e di attenzione ai **meccanismi posturali e anatomici**. Sarai in grado di modificare e personalizzare gli Asana tradizionali per allinearle alle esigenze posturali specifiche di ogni studente, tenendo conto di eventuali limitazioni, dolori o condizioni preesistenti.



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)