

Corso Annuale Operatore Ayurveda 400 ore Bologna

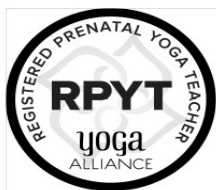


INDICE

| | |
|----------------------------|----|
| Date e Indirizzo..... | 2 |
| Orari..... | 2 |
| Costi..... | 3 |
| Modalità d'iscrizione..... | 6 |
| Programma..... | 7 |
| Descrizione..... | 9 |
| Certificazione..... | 11 |

www.yogaformazione.it
349/8916857 Igor

info@yogaformazione.it
388/8748834 Elisa



Date e Indirizzo

**Centro Yoga Kundalini Savitri ,
via Melozzo Da Forlì 40 Bologna
2018/2019**

16 e 17 Febbraio

9 e 10 Marzo

23 e 24 Marzo

13 e 14 Aprile

11 e 12 Maggio

25 e 26 Maggio

8 e 9 Giugno

15 e 16 Giugno

Orari

Sabato

ore 11.30 pratica
ore 13.30 pausa
ore 14.30 teoria
ore 17.30 pratica
+ prove di insegnamento
19.30 fine

Domenica

ore 8.00 pratica
ore 10.00 teoria
ore 13.00 pausa
ore 14.00 teoria
ore 16.00 pratica
+ prove di insegnamento
ore 18.00 fine

Costi

Costo del corso:

400 ore Diploma di Operatore Ayurveda :

€ 2800 (iva compresa) Prezzo Totale delle 200+200

ore 2 anni :

possibilità di pagamento fino a 9 rate incluso la caparra

- caparra anticipata di €400
- Prima rata di €400 entro il primo incontro
- Seconda rata di €300 entro il terzo incontro
- Terza rata di €300 entro il quinto incontro
- Quarta rata di €400 entro il settimo incontro
- Quinta rata di €300 entro il nono incontro s
- Sesta rata di €300 entro l'undicesimo incontro
- Ottava rata di €400 entro il tredicesimo incontro

Pagamento in una unica soluzione euro € 2600

Sconto nel caso di iscrizione in coppia € 100

LA QUOTA COMPRENDE:

Corso di formazione

Dispense in Pdf

Tessera associativa annuale CSEN

N.B per il rilascio del diploma, oltre i 2 giorni di assenza, dovranno essere tassativamente recuperati

Diploma CSEN solo su richiesta (110€ aggiuntivi al prezzo)

Diploma Yoga Alliance

Supporto tecnico via mail, telefono o whatsapp anche dopo la fine del corso.

Tutti i nostri corsi possono essere suddivisi in varie sessioni distribuite in corsi diversi a seconda delle esigenze personali oppure possono essere svolti in forma mista, una parte nei residenziali estivi ed una parte i durante i corsi a weekend.

Inoltre è possibile frequentare nuovamente dei moduli in qualsiasi momento successivo al termine del corso di formazione, nel caso un argomento non fosse ben chiaro, o anche per il semplice piacere di

assistere nuovamente ad una lezione con un determinato insegnante, senza nessun costo aggiuntivo

Per Prenotarti è consigliabile versare la caparra entro 1 mese dall'inizio del corso, se non riesci contattaci per sapere se ci sono ancora posti disponibili



Modalità d'iscrizione

Di seguito tutti i dati bancari per effettuare i tuoi pagamenti.

Banca popolare dell' Emilia Romagna

agenzia Castelmaggiore

Iban: IT 78 B 05387 3674 000 000 240 6003

Intestato a: PIANETA YOGA SSD

IMPORTANTE:

1) Indicare il tipo di corso, la città dove si svolge e le date di inizio e fine, nell'oggetto del bonifico.

2) Inviare via mail una copia del bonifico effettuato.

3) Di seguito invece il link per compilare il modulo online per l'iscrizione al corso,

da compilare dopo aver inviato la mail con la copia del bonifico:

<https://www.yogaformazione.it/iscrizione-corso-yoga/>

Programma

1 anno – 200 ore

PROGRAMMA TEORICO

- Origini, principi, filosofia e finalità dell'Ayurveda
- Teoria dei Triguna (qualità della natura) e dei Pancha mahabhuta (5 elementi)
- Dosha-i tre umori corporei secondo l'Ayurveda
- Prakriti Veda -conoscenza della costituzione individuale e Vrikriti Veda -lo squilibrio della costituzione individuale
- Anatomia dell'apparato muscolo scheletrico
- Cenni di alimentazione applicata all'Ayurveda
- Teoria di Ayurveda applicata allo Yoga
- Deontologia ed etica professionale

PROGRAMMA PRATICO

- Yoga, Pranayama, Meditazione
- Siroabhyangam-massaggio della testa
- Hastabhyangam e Padabhyangam-massaggio delle mani e dei piedi
- Mukhabhyangam-massaggio del viso
- Abhyangam (massaggio tradizionale indiano)
- Pindaswedana(massaggio con tamponi caldi)

2 anno – 200 ore

PROGRAMMA TEORICO

- Approfondimento della teoria dei dosha: i 15 upadosha, loro sede nel corpo e funzioni. Come agire per mantenere-stabilire il loro equilibrio
- AGNI-il fuoco digestivo
- AMA (tossine) e MALA (sostanze di rifiuto)
- Saptadhatu e upadhatu: i tessuti corporei e i loro sottoprodotti secondo l'Ayurveda
- Srota e Nadi i canali circolatori grossolani e sottili
- Teoria dei Marmani
- Anatomia dell'apparato respiratorio, circolatorio, gastrointestinale ed escretorio

PROGRAMMA PRATICO

- Yoga, Pranayama, Meditazione
- Vatabhyangam-massaggio per la costituzione Vata
- Pitabhyangam-massaggio per la costituzione Pita
- Kapabhyangam-massaggio per la costituzione Kapha
- Shirodhara
- Hot Stone Therapy (massaggio con le pietre laviche)

Descrizione del Corso

L'Ayurveda è considerato il sistema di cura più antico del pianeta. Fonti storiche datano le sue origini al 600 a.C. circa ma i testi originali lo fanno risalire a 6000 anni fa. Ayurveda significa letteralmente “conoscenza della vita” (ayus=vita; veda=conoscenza) ed è esattamente di questo che si tratta perchè è un vastissimo insieme di conoscenze, tramandate nei millenni, utili per ristabilire, mantenere e migliorare le condizioni di benessere del complesso “uomo”.

L'Ayurveda è un sistema di cura globale perchè si prende cura di ogni aspetto della vita dell'uomo. Attraverso l'uso di svariate tecniche di massaggio e di trattamenti specifici questa importante scienza della salute traduce in azione la profonda conoscenza della natura e di come quest'ultima e l'uomo sono in stretta relazione. Ma l'Ayurveda non si esaurisce nel semplice trattamento fisico; essa fornisce dettagliate regole da seguire nella nostra quotidianità con lo scopo di mantenere la nostra salute al massimo livello possibile e addirittura di superarlo. Salute non significa semplicemente assenza di malattia ma ottenere e mantenere uno stato di completo benessere psicofisico. La definizione che l'ayurveda dà del concetto di salute è “avere gli

umori corporei equilibrati, i tessuti ben formati, i canali di circolazione liberi, un potere digestivo forte, avere ottima forza e vigore e una buona eliminazione delle sostanze di rifiuto". Tutto ciò comporta naturalmente alti livelli di salute nel corpo e, di riflesso, nella mente. Un aspetto fondamentale della pratica ayurvedica è quello di considerare l'unicità irripetibile di ogni individuo ed è per questo che qualsiasi rimedio o trattamento è ben lungi dall'essere standardizzato bensì è pensato ad hoc per le caratteristiche di ogni singola persona. Nel tempo, i concetti che caratterizzano questa disciplina diverranno sempre più familiari e saranno di facile applicazione.

Si può scrivere molto su cosa sia l'Ayurveda ma la sua essenza emerge praticandola, facendo esperienza di ciò che è. Il Corso di Ayurveda si articola in lezioni teoriche e lezioni pratiche in cui l'allievo apprenderà e sarà in grado di applicare le principali tecniche ayurvediche (vedi programma). Ayurveda e Yoga sono due facce della stessa medaglia ed è per questo che la didattica del corso richiamerà spesso la disciplina yogica sia nell'aspetto teorico che in quello pratico

Certificazione

Alla fine di ogni corso dopo aver superato un esame finale pratico e teorico sarà rilasciato questo **Diploma Nazionale CSEN**, cosa ben diversa dal tesserino tecnico e sarà la scuola stessa ad occuparsi della richiesta .

Esistono molti tipi di certificazioni rilasciate dalle scuole, alcune di queste non hanno alcun valore in Italia, si consiglia a chi vuole scegliere una scuola di informarsi presso un qualsiasi ente sportivo, o presso un avvocato sul tipo di diploma rilasciato.

Abbiamo scelto questi tipi di diploma perchè a livello legale sono fra quelli riconosciuti in Italia dagli enti pubblici e per presentarsi presso strutture private . Nel caso in cui uno voglia fare un corso solo per esperienza personale, potrà non sostenere l'esame finale e gli verrà rilasciato solo un attestato di partecipazione