

# Corso Annuale Istruttore Yoga Bambini Bologna



## INDICE

Date e Indirizzo.....	2
Orari.....	2
Costi.....	3
Modalità d'iscrizione.....	5
Programma.....	6
Descrizione.....	8
Certificazione.....	9

[www.yogaformazione.it](http://www.yogaformazione.it)  
349/8916857 Igor

[info@yogaformazione.it](mailto:info@yogaformazione.it)  
388/8748834 Elisa



## Date e Indirizzo

Yogaplanet via Giorgio la Pira 103/a CastelMaggiore

(Bo)

2018/2019

17 e 18 Novembre

1 e 2 Dicembre

26 e 27 Gennaio

9 e 10 Febbraio

23 e 24 Febbraio



## 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:

**€ 800 (iva compresa) possibilità di pagamento fino a 4 rate incluso la caparra**

**Caparra di € 300**

**Prima rata di € 150 entro il primo incontro**

**Seconda rata di € 200 entro il terzo incontro**

**Terza rata di € 150 entro il quinto incontro**

**Pagamento in una unica soluzione euro 750**

Sconto nel caso di iscrizione in coppia € 50

**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 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

- Cenni sullo yoga: che cos'è lo yoga per i bambini
- Come e dove è nato lo yoga?
- Approcci allo yoga
- Lo yoga adulti e bambini: le differenze
- Lo sviluppo psicologico del bambino e dell'adolescente: (la mente, chakra)
- Il corpo umano del bambino: ghiandole in fase di sviluppo
- Il cambiamento e l'approccio con l'adulto in fase dello sviluppo psicologico e fisico del bambino e dell'adolescente
- Tipologie di apprendimento
- Cosa apprende il bambino con lo yoga e i suoi benefici
- Asana principali ed relativi benefici
- Come impostare una lezione in base all'età dei bambini, al luogo ed in base alla durata della lezione: esercizi di conoscenza, esercizi di riscaldamento, raccontare storie morali e/o storie con semplici asana
- Utilizzo delle filastrocche, musica e canto durante la lezione ed i suoi benefici
- Utilizzo dei giochi di sintonia ed i suoi benefici

- Tecniche ed utilizzo degli esercizi di rilassamento: semplice, abbinato alla visualizzazione, con fiabe
- Tecniche di utilizzo della concentrazione e visualizzazione durante la lezione o rilassamento
- Tecniche ed utilizzo della respirazione durante la lezione ed i suoi benefici
- Tecniche di massaggio e auto massaggio del bambino ed i suoi benefici
- Tecnica ed utilizzo della meditazione con i bambini ed i suoi benefici. Che cos'è la meditazione?
- Programmazione e organizzazione delle varie attività per le varie fasce di età: materne, elementari e superiori
- Programmazione per un corso presso un ente pubblico (scuola o assistente sociale) o un'ente privato (associazioni o palestre) ...
- Marketing nei vari aspetti: attività pubblica o privata
- Aspetti fiscali e amministrativi

## **Descrizione del Corso**

**Lo yoga è una disciplina che si può praticare dai 3 anni in su. Il nostro corso nasce dall'esperienza di più tipi di formazione nell'ambito dello yoga per bambini.**

**Ti troverai in un contesto piacevole e giocoso, il corso ti darà le basi per lavorare con i bambini dai 3 ai 14 anni.**

**Il corso si svolgerà in 5 Weekend per un totale di 100 ore.**

**I Diplomi Csen e Yoga Alliance vi daranno l'opportunità di presentarvi con un buon curriculum presso i vari enti ai quali farete richiesta.**

**Il corso è aperto a tutti in specifico a tutte le persone che desiderano lavorare con i bambini tramite questo meraviglioso strumento e quindi a insegnanti di yoga che vogliono integrare la loro conoscenza oppure educatori e maestri d'asilo, elementari e medie, oppure semplicemente a delle neo mamme che desiderano conoscere un modo costruttivo di giocare con i propri figli.**



## 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 sostenendone i costi. Per il riconoscimento invece internazionale sarà rilasciato il diploma **YogaAlliance** il maggiore ente riconosciuto a livello mondiale.

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 perché a livello legale sono fra quelli riconosciuti in Italia dagli enti pubblici e per presentarsi presso strutture private e all'estero. 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