

Formazione Insegnanti Yin Yoga Annuale Milano





Ciao!

In questa brochure troverai tutte le informazioni del nostro corso di formazione :

**INSEGNANTE
YIN YOGA
ANNUALE 100 ORE
MILANO**

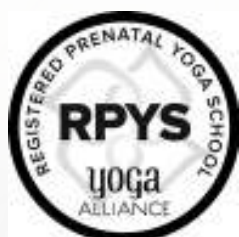
Per qualsiasi domanda o informazione, puoi contattarci a:

info@yogaformazione.it

oppure whatsapp al 328/8585959

oppure chiamaci al 349/8916857

www.yogaformazione.it





Indice

Date e indirizzo.....	Pag. 4
Costi.....	Pag. 5
Modalità di iscrizione.....	Pag. 8
Informazioni Importanti...	Pag. 9
Orari.....	Pag. 10
Programma.....	Pag. 11
Descrizione.....	Pag. 13
Certificazioni	Pag. 14
Domande Frequenti.....	Pag. 16



Date e Indirizzo

TEATRIBU'
Via Agordat 32
MILANO

**22 e 23/02/20 La Filosofia del Tao (Marika Martinuzzi) -
SALA 3**

**14 e 15/03/20 Teoria dei Meridiani (Michela Quaglio) -
SALA 3**

**4 e 05/04/20 Anatomia Yin Yoga (Monica Taranto) -
SALA 2**

**9 e 10/05/20 Allineamenti Yin Yoga (Giacomo Cestari) -
SALA 2**

6 e 07/06/20 ESAMI - SALA 2



Costi

COSTO DEL CORSO

€ 897,00 (iva compresa)

-Sconto nel caso ci si iscriva in coppia € 50,00

-Sconto nel caso di pagamento in un'unica soluzione € 50,00

Caparra di 350,00 €

1° rata di 250,00 € entro il primo incontro

2° rata di 150,00 € entro il terzo incontro

3° rata di 147,00 € entro il quarto incontro

L'eventuale sconto è detraibile dalla prima rata



La quota comprende:

Corso di formazione

Dispense in Pdf

Tessera associativa annuale CSEN / ASI

Riconoscimento 100 ore Yoga Alliance

(Certificazione YACEP Continuing Education Provider)

Diploma e tesserino tecnico ASI solo su richiesta (145€ aggiuntivi al prezzo)

N.B per il rilascio del Diploma, nel caso ci fossero delle assenze, dovranno essere tassativamente recuperate.

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.

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 senza nessun costo aggiuntivo.

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



Modalità di iscrizione

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

Banca popolare dell' Emilia Romagna
agenzia Castel Maggiore

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 on line per l'iscrizione al corso, da compilare dopo aver inviato la mail con la copia del bonifico:

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



Importante!

1) Al momento della ricezione del bonifico vi invieremo dei moduli per la richiesta di tesseramento, che dovranno essere compilati e re-inviati in modo che la procedura di affiliazione alla nostra Società Sportiva vada a buon fine.

La compilazione di questi moduli è indispensabile per la frequentazione del corso

2) Entro l' inizio del corso è richiesto il certificato medico.

3) La caparra **NON E' RIMBORSABILE**, ma potrà essere utilizzata in seguito (nel caso fossi impossibilitato a partecipare) per qualsiasi altro corso.

4) Tutti i pagamenti andranno effettuati **ESCLUSIVAMENTE** tramite bonifico.

A person is seen from behind, standing in a swimming pool. Their arms are raised, and their hands are positioned to form a heart shape above their head. The background shows a lush, green forest and a body of water.

Com'è organizzata la giornata

SABATO E DOMENICA DALLE 9.00 ALLE 18.00

Ore 9.00 - 11.00 PRATICA

Ore 11.00 - 13.00 TEORIA

Ore 13.00 - 14.00 PAUSA PRANZO

Ore 14.00 - 16.00 TEORIA

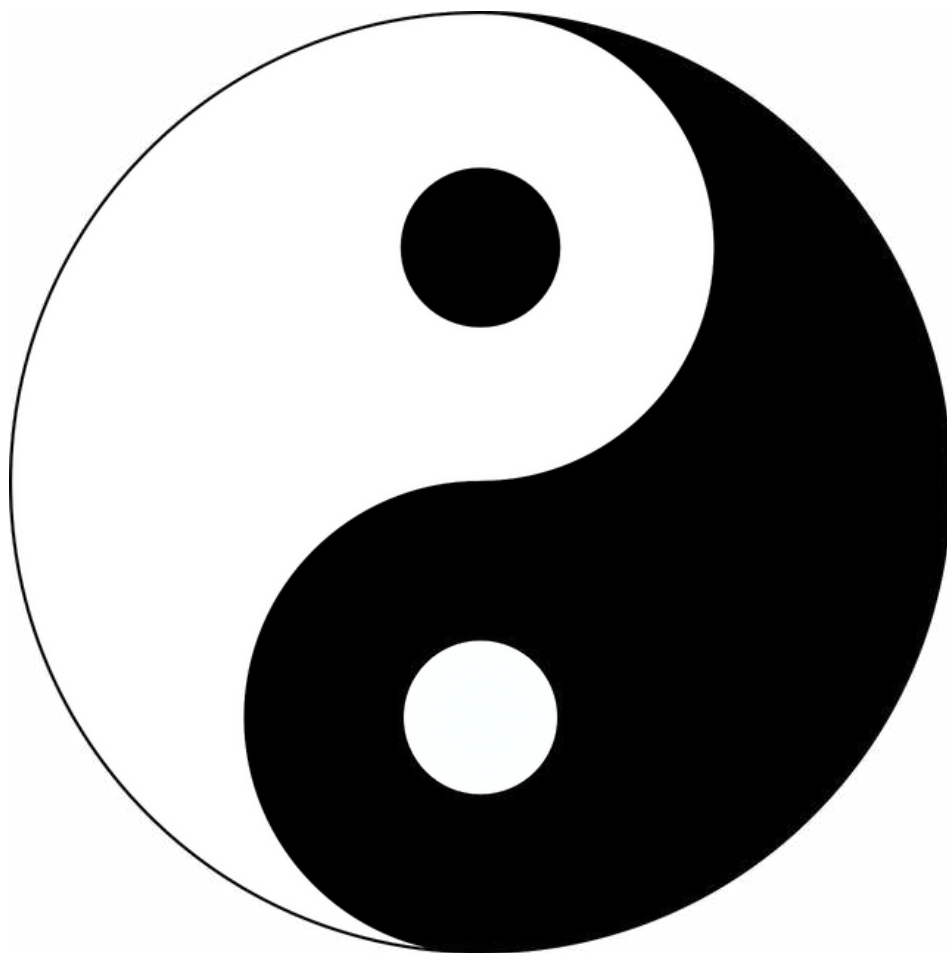
**Ore 16.00 - 18.00 PRATICA E PROVE DI
INSEGNAMENTO**



Programma

- cosa significa insegnare YIN YOGA
- Filosofia del TAO,
- Concetto di energia e qi.
- Il pensiero Taoista.
- Tao Te Ching, il classico della Via e della sua Virtù.
- Il Tao, l'armonia degli opposti.
- Definizione di non-dualismo.
- Polarità yin-yang.
- Wu-wei, il principio della non-azione.
- Il simbolo del Tao.
- Le 5 trasformazioni.
- I 5 elementi.

- Teoria e conoscenza dei meridiani: decorso e percezione
- Asana e sequenze di Yin Yoga
- Il respiro nelle posizioni dello Yin Yoga
- Anatomia con approfondimento del tessuto connettivo, articolazioni e fasce
- Allineamenti, uso dei supporti e aggiustamenti delle asana





Descrizione del Corso

Lo Yin Yoga ci insegna a stare più a lungo nelle posizioni per esplorare nel silenzio e nell'immobilità del corpo, la profondità del tessuto connettivo e delle fasce.

E non solo: unisce alla filosofia dello yoga, l'antica cultura cinese unendo la filosofia del Tao e la conoscenza dei meridiani alle asana e alle sequenze di yoga.

Il Corso è aperto a tutti.



Certificazione

Alla fine di ogni corso dopo aver superato un esame finale pratico e teorico sarà rilasciato il Diploma Nazionale ASI "Ginnastica" ed il relativo tesserino tecnico.

Per il riconoscimento internazionale sarà rilasciata la certificazione YACEP (Continuing Education Provider) di Yoga Alliance America, 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 .



Per maggiori informazioni visita "[QUESTA PAGINA](#)"

DOMANDE FREQUENTI

AL TERMINE DEL CORSO COSA SARÒ IN GRADO DI FARE?

Sarai in grado di guidare una lezione di Yin Yoga, riconoscendo i meridiani energetici fondamentali, sviluppare delle lezioni a tema, imparerai vari tipi di comunicazione e di apprendimento, per i dettagli vedi il programma del corso che vuoi frequentare.

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 .

CHE STILE INSEGNATE?

[Leggi questo articolo](#)

IL CORSO È APERTO A TUTTI ?

Si non ci sono dei requisiti particolari ne di età ne di anni di pratica. Il corso è aperto a tutti, sia a chi vuole insegnare che per chi vuol fare il corso per interesse puramente personale.

POSSO PAGARE A RATE ?

Si, contattaci per chiarimenti.

QUALI REQUISITI FISICI DEVO AVERE ?

Devi presentare un certificato medico.

POSSO INSERIRMI IN UN CORSO GIÀ INIZIATO ?

Certo :-) Recupererai i weekend o le giornate perse, nei corsi successivi o in un'altra città.

POSSO FREQUENTARE SOLO UNA PARTE DEL CORSO E POI RECUPERARE ?

Certo:-) I corsi possono essere frequentati in piena libertà. Se ad esempio in alcune date di un corso non potrai essere presente, potrai decidere senza problemi di recuperare le date perse, in un'altra città, o nell'anno successivo.

Il diploma ti sarà consegnato al completamento delle ore.

**Per qualsiasi altra informazione o chiarimento
non esitare a contattarci:**

**info@yogaformazione.it
oppure whatsapp al 328/8585959
oppure chiamaci al 349/8916857**