

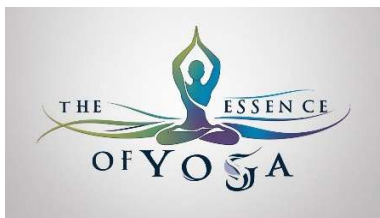
LE ASSOCIAZIONI DILETTANTISTICHE SPORTIVE:

CENTRO YOGATUO A.S.D.

GANESHA YOGA A.S.D

PRESENTANO

L'ESSENZA DELLO YOGA TEACHER TRAINING 250 ORE PLUS DI HATHA VINYASA YOGA



Il corso è rivolto a praticanti di yoga che desiderano approfondire la conoscenza dello yoga che: dopo aver praticato anni, fatto workshop, ritiri hanno maturato la consapevolezza di volere compiere un passo in avanti verso questa meravigliosa disciplina millenaria.

Questo percorso formativo è frutto della pratica e dello studio di diversi lignaggi con lo scopo di accompagnare il/la praticante a una conoscenza approfondita di tutti gli aspetti dello Yoga, che ne rappresentano l'essenza stessa e da qui il nome l'Essenza dello Yoga.

Il nostro intento è quello di formare insegnanti qualificati, in grado di seguire classi multilivello attenti alle singole necessità di tutti i partecipanti in sala.

Il corso avrà una durata di 12 mesi e sarà così strutturato:

- **HATHA YOGA** studio degli asana e preparazione delle sequenze personalizzate
- **I 7 CHAKRA** studio dei 7 chakra principali.
- **TECNICHE DI INSEGNAMENTO**
- **ANATOMIA E FISIOLOGIA**
- **BIOMECCANICA DELLE ASANA**
- **FILOSOFIA E STORIA DELLO YOGA**
- **PRANAYAMA E MANTRA**

Insegnanti e relatori:

TRAVERSO CATERINA INSEGNANTE DI YOGA (ERYT 350), PAMELA INCAO INSEGNANTE DI YOGA CON 500 ORE DI FORMAZIONE, MASSIMILIANO ABBIENDI DOTTORE IN MEDICINA E ISTRUTTORE DI YOGA

CALENDARIO ANNO ACCADEMICO 2025/2026

SETTEMBRE 27-28 (PADOVA)

OTTOBRE 25-26 (PADOVA)

NOVEMBRE 15-16 (PADOVA)

DICEMBRE 13-14 (PADOVA)

GENNAIO 24-25 (PADOVA)

FEBBRAIO 21-22 (PADOVA)

MARZO 21-22 (PADOVA)

APRILE 18-19 (PADOVA)

MAGGIO 23-24 (PADOVA)

GIUGNO 13-14 (PADOVA)

SETTEMBRE 25-26-27 RESIDENZIALE CON ESAME

REQUISITI di PARTECIPAZIONE

Sono requisiti di partecipazione necessari almeno due anni consecutivi di pratica. Conoscenza ed esecuzione di Surya Namaskar tradizionale e Ashtanga Yoga A e B. Partecipazione ad almeno 20 lezioni (lezioni, masterclass o workshop organizzati) da uno dei due centri a titolo di preparazione necessaria e obbligatoria che possono essere svolte prima durante e dopo. Inviare Curriculum: caterinatraverso1@gmail.com oppure incaop@gmail.com

Le candidature verranno valutate dalle due docenti del Teacher Training. I Partecipanti dovranno svolgere tutti i compiti e la pratica didattica prima e durante il corso. Il pagamento del corso non garantisce l'automatico conseguimento della certificazione, per la quale occorrerà svolgere l'esame scritto e la tesina. Al candidato sarà permesso perdere massimo due giorni di corso, sostenendo tuttavia un recupero degli stessi. Per eventuali problematiche dovessero insorgere vi prego di contattare in qualsiasi momento le docenti.

TARIFFE

Early Bird fino al 31/05/2025 euro 1.900,00 (1° rata € 800 iscrizione, 2° rata € 1.100 entro il 31/10)

Dal 1/06/2025 euro 2.200,00 (1° rata € 800 iscrizione, 2° rata € 700 entro il 31/12, 3° rata 700 entro il 31/03/2026)

Incluso nel costo

Il manuale completo del corso in formato PDF, il certificato del corso ACSI/CONI. Tali certificazioni sono riconosciute a livello nazionale.

Esclusi dal costo

Tutti i libri di testo della biografia obbligatoria. Tutti i trasporti vitto e alloggio per i residenti fuori Padova. Certificato Yoga Alliance Australia, certificazione riconosciuta a livello Internazionale (su richiesta).

Tessera associativa ACSI presso una delle due associazioni.

ISCRIZIONE

L'iscrizione avviene con il pagamento di un acconto di euro 800,00 il resto del pagamento è rateizzabile come indicato dalla voce tariffe.

Il corso è in partenza con un minimo di 8 partecipanti un massimo di 16.

Se sei interessato/interessata e vuoi maggiori informazioni sul corso in partenza non esitare a contattarci:

Caterina Traverso 347/5515793 oppure caterinatraverso1@gmail.com

Pamela Incao 333/6711232 oppure incaop@gmail.com