

Associazione Vipashyana



Via Venezia 48 - 50
00043 Ciampino (Roma)
www.vipashyanayoga.com

SCUOLA CERTIFICATA YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL INDIA



PROGRAMMA PER IL CORSO INSEGNANTI YOGA I^ ANNUALITA'

Livello di "Insegnante Yoga certificato 250 ore"

1. **Asana:** pratica e training di insegnamento delle Asana, pranayama, meditazione, kriya, canti, bjan e mantra.
Totale 140 ore
2. **Metodologia di insegnamento:** principi sulla dimostrazione, osservazione, assistenza e correzione degli studenti. Come dare istruzioni nell'esecuzione delle asana, gli stili di insegnamento, le qualità dell'insegnante ed il processo di apprendimento degli studenti.
Totale 20 ore
3. **Anatomia e fisiologia:** Anatomia, fisiologia e biomeccanica dello yoga nelle asana. Le componenti fisiche ed energetiche delle asana, controindicazioni e schemi di movimento.
Totale 20 ore
4. **Pratica nell'insegnamento:** training di insegnamento, osservazione ed assistenza nelle lezioni yoga.
Totale 20 ore
5. **Filosofia yoga, stile di vita e principi etici di un insegnante yoga:** I principi della filosofia yoga, le diverse tradizioni yoga, i Sutra di Patanjali, Gheranda Samhita, Shiva Samhita, Hathayoga Pradipika, la visione yogica dell'alimentazione
Totale 20 ore
6. **Gruppi studio:** gruppi di studio tra gli studenti
Totale 30 ore

Date: 9 week end di corso e 1 week end di esami

13-14 Ottobre 2018

10-11 Novembre 2018



Associazione Vipashyana



Via Venezia 48 - 50
00043 Ciampino (Roma)
www.vipashyanayoga.com

01-02 Dicembre 2018
12-13 Gennaio 2019
09-10 Febbraio 2019
23-24 Marzo 2019
06-07 Aprile 2019
11-12 Maggio 2019
01-02 Giugno 2019
Esami: 8-9 Giugno

Il Diploma di “Insegnante Yoga“ certificato YAI India verrà rilasciato al termine del corso a seguito del superamento degli esami e con la partecipazione a tutte le lezioni.
Gruppo minimo di 6 studenti – gruppo massimo di 15 studenti.

Costo:

Totale 1600 euro

Rateizzazioni:

I^ rata : versamento di 500 Euro al momento dell'iscrizione

II^ rata: versamento di 500 Euro entro il 1° Dicembre 2018

III^ rata: versamento di 600 Euro entro il 9 Febbraio 2019

Prerequisito: aver praticato minimo 1 anno di yoga:

Inviare il Curriculum a:

shanti@vipashyanayoga.com

Al momento dell'iscrizione lo studente:

- dovrà consegnare un certificato di sana e robusta costituzione per attività non agonistica;
- dovrà firmare la dichiarazione per la privacy e rilasciare il seguente consenso al fine di ricevere la certificazione dalla YAI India:

- *Come studente del corso di formazione, acconsento che i miei dati – nome, cognome, email e telefono – vengano trasmessi alla Yoga Alliance International India in modo che, se necessario, possano contattarmi direttamente ed invitarmi a registrarmi come tirocinante/insegnante. Posso rinunciare alla registrazione in qualsiasi momento.*

Superati gli esami lo studente riceverà la certificazione YAI e – salvo caso di rinuncia alla dichiarazione sopra indicata – le sue foto e dati personali, con la qualifica ottenuta, verranno inserite sul link dell'Associazione Vipashyana della YAI.

Al superamento del Primo Anno, se lo studente è interessato potrà praticare un secondo anno di



Associazione Vipashyana



Via Venezia 48 - 50
00043 Ciampino (Roma)
www.vipashyanayoga.com

studi al termine del quale riceverà il Diploma di “Insegnante Yoga con certificazione 500 ore totali”

Il programma dettagliato delle materie di studio dei diversi week end verrà consegnato allo studente nel momento dell'iscrizione.

INFO: Shanta Claudia Cipriani Insegnante Yoga Master +393478360990

(per telefonate esclusivamente durante il periodo 21 -30 settembre chiamare Claudia Calzetta al +393498619468)

Email: shanti@vipashyanayoga.com

www.vipashyanayoga.com