

Associazione Vipashyana



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

SCUOLA CERTIFICATA YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL



PROGRAMMA COMPLESSIVO PER IL CORSO INSEGNANTI YOGA : 200 ORE

Livello di "Insegnante Yoga certificato 200 ore"

1. **Asana:** pratica e training di insegnamento delle Asana, pranayama, meditazione, kriya, canti, bjaan 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

Ore di contatto 220, restanti ore di tirocinio

Il programma specifico delle ore e dei week end viene fornito su richiesta.



Associazione Vipashyana



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

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

12-13 Gennaio 2019

09-10 Febbraio 2019

16 -17 Marzo 2019

13-14 Aprile 2019

11-12 Maggio 2019

01 – 02 Giugno 2019

06 - 07 Luglio 2019

14 - 15 Settembre 2019

19 - 20 Ottobre 2019

Esami: 16-17 Novembre 2019

Il Diploma di “Insegnante Yoga certificato 200 ore“ della Yoga Alliance International 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.

Costi e Pagamenti

- **Iscrizione** all'Associazione comprensiva di assicurazione: 35 Euro
- **Seminario insegnanti:**
 - Totale 1500 euro
 - Iscrizione alla YAI valida per sempre: 100 euro .

Rateizzazioni:

I^ rata : versamento di 535 Euro al momento dell'iscrizione entro e non oltre il 4 Gennaio 2019

II^ rata: versamento di 500 Euro entro e non oltre il 4 Aprile 2019

III^ rata: versamento di 600 Euro entro e non oltre il 28 Giugno 2019

Pagamenti: in contanti e/o tramite bonifico sul conto corrente:

IBAN: IT04I0200839552000103659761





c/c 000103659761

BIC/SWIFT UNCRITM1C78

Intestato a:

ASSOCIAZIONE CULTURALE VIPASHYANA

Filiale Unicredit di Ciampino (RM)

Viale del Lavoro 41

Causale:

Seminario Yoga + nome e cognome

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:

- *Come studente del corso di formazione, acconsento che i miei dati – nome, cognome, email e telefono – vengano trasmessi alla Yoga Alliance International 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 e sul sito web della YAI.

Al superamento del Primo Anno, se lo studente è interessato potrà praticare un secondo anno di studi di 300 ore 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

www.vipashyanayoga.com



Associazione Vipashyana



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

nel momento dell'iscrizione.

SEDE del Seminario:

Associazione Vipashyana

Via Venezia 48/50

Ciampino – Castelli Romani (RM)

Come arrivare con i mezzi:

Trenino metropolitano da FS Termini – per Ciampino e/o Albano Laziale: tempo 14/20 Minuti

Metro A fermata Anagnina + autobus 515: tempo dipendente dal punto di partenza

Con mezzo proprio tramite le vie consolari Appia e/o Anagnina o il GRA uscita Appia direzione Aeroporto di Ciampino /Via dei Laghi/Ciampino

INFO telefoniche:

- Shanta Claudia Cipriani +393478360990

- Claudia Calzetta +393498619468

Email: shanti@vipashyanayoga.com

Sito Web: www.vipashyanayoga.com