

# Scuola per insegnanti YOGA metodo AnatomYoga®

## Syllabus 2017/2020 Prima annualità

I corsi si svolgeranno il sabato dalle 09.00 alle 19.00 e la domenica dalle 9.00 alle 18.00 con cadenza mensile presso Studio Equilibri® - Viale Amendola 150A Modena. Stage di approfondimento su temi specifici e verifiche previste in itinere.

Periodo	Corso	Docenti
Prima annualità 2017/2020	<p><b>Il metodo AnatomYoga®</b></p> <p>AnatomYoga®, la conoscenza migliora la pratica Conoscere per praticare meglio cercando la percezione e non l'azione</p> <p>Il metodo <b>AnatomYoga®</b> nasce per <b>integrare la conoscenza dello yoga migliorando la pratica</b> – conoscere per praticare meglio cercando la percezione e non l'azione.</p> <p>Unisce la conoscenza anatomica/fisiologica all'esperienza millenaria della pratica yoga, aprendo un canale di collegamento e scambio fra corpo e mente apportando una maggiore conoscenza e consapevolezza del "qui e ora".</p> <p>All'interno di questo progetto, oltre lo studio e la comprensione dei principi filosofici della pratica yoga, lo scopo che il metodo AnatomYoga® si prefigge è lo studio e la valutazione anatomica di ognuno di noi, unita a una conoscenza delle neuroscienze, ricercando ed evidenziando connessioni e sinergie tra le due realtà.</p> <p><b>AnatomYoga®</b> dal 2011 è un marchio registrato per motivi di tutela e di correttezza e dal 2012 è un'Associazione Sportiva Dilettantistica – Promozione Sociale, affiliata <b>CSEN – CONI</b>, dal 2016, è stata riconosciuta e autorizzata dallo <b>CSEN – CONI</b> come scuola di formazione triennale professionale di ore <b>600h</b> per diventare <b>insegnanti yoga metodo AnatomYoga®</b> e per il rilascio del diploma nazionale di insegnante yoga metodo AnatomYoga®, sempre dal 2016, è stata certificata da <b>YOGA ALLIANCE® – ITALIA INTERNATIONAL</b> a livello internazionale come scuola di formazione yoga <b>RYS 500h</b> e abilitata a tutti gli effetti al rilascio di certificazioni internazionali per corsi di formazione insegnanti yoga RYT 500h metodo Anatomyoga®.</p>	<p><b>GAETANO ZANNI</b> <b>GIOVANNA ASTA</b> <b>GIANFRANCO</b> <b>BERTAGNI</b> <b>DONATELLA CARAMIA</b> <b>ELISABETTA</b> <b>RAZZABONI</b> <b>PAOLA PALTRINIERI</b></p>
14 - 15 Ottobre 2017	<p><b>Il metodo AnatomYoga® - presentazione del corso</b></p> <p>Principi dello yoga - dalla teoria alla pratica</p>	Gaetano Zanni
04 - 05 Novembre 2017	<p><b>PERCEZIONI ANATOMICHE - UN APPROCCIO YOGICO</b></p> <p><b>YOGA E ASANA - CONSIDERAZIONI</b></p>	<p>Gaetano Zanni</p> <p>Giovanni Asta</p>

<p>16 - 17 Dicembre 2017</p>	<p>PNEI (PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA) E RELAZIONE MENTE-CORPO UNA VISIONE YOGICA  METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO - DAL METODO ALLA PERSONALIZZAZIONE</p>	<p>Gaetano Zanni  Elisabetta Razzaboni</p>
<p>13 - 14 Gennaio 2018</p>	<p>FISIOLOGIA DEL RESPIRO - PRANAYAMA E PRATICHE DETOX VISIONE DELLA SALUTE COME EQUILIBRIO DEGLI ELEMENTI NELLE MEDICINE ANTICHE - MTC - MTM - AYURVEDA</p>	<p>Gaetano Zanni  Paola Paltrinieri</p>
<p>24 - 25 Febbraio 2018</p>	<p>ANATOMIA SOTTILE - NADI - BANDHA - CHAKRA  INTRODUZIONE ALLA FILOSOFIA DEL CORPO</p>	<p>Gaetano Zanni  Gianfranco Bertagni</p>
<p>24 - 25 Marzo 2018</p>	<p>YOGA E NEUROSCIENZE - UN APPROCCIO YOGICO  MUSICA E YOGA - FREQUENZE SONORE A CONFRONTO</p>	<p>Donatella Caramia  Gaetano Zanni</p>
<p>21 - 22 Aprile 2018</p>	<p>STRUTTURAZIONE DI UNA PRATICA YOGA - APPROCCIO EMPATICO FILOSOFIA COMPARATA - UN APPROCCIO YOGICO</p>	<p>Gaetano Zanni  Gianfranco Bertagni</p>
<p>12 - 13 Maggio 2018</p>	<p>SICUREZZA NELLA PRATICA YOGICA - DOVE SIAMO E COME SIAMO Mini pratiche 15' cadauno (con tema scelto prima) Condivisione esperienziale  UNA PRESENTAZIONE DEGLI YOGA SUTRA DI PATANJALI E DELLA LORO PSICOLOGIA</p>	<p>Gaetano Zanni  Gianfranco Bertagni</p>
<p>*Data da stabilire Giugno 2018</p>	<p>RESIDENZIALE. *date indicative da valutare in base alle esigenze del gruppo</p>	<p>Staff docenti</p>
<p>22 - 23 Settembre 2018</p>	<p>Revisione della prima annualità  Esame teorico  Esame pratico</p>	<p>Staff docenti</p>