

Scuola per insegnanti YOGA metodo AnatomYoga®

CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE PER DIVENTARE INSEGNANTI METODO ANATOMYOGA®

PRIMA ANNUALITÀ

Calendario delle lezioni annualità 2020/2021

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

Prima annualità 2020/2021	<p style="text-align: center;">Il metodo AnatomYoga®</p> <p style="text-align: center;">AnatomYoga®, la conoscenza migliora la pratica Conoscere per praticare meglio cercando la percezione e non l'azione</p> <p>Il metodo AnatomYoga® nasce per integrare la conoscenza dello yoga migliorando la pratica - 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>Il metodo AnatomYoga® nasce per integrare la conoscenza dello yoga migliorando la pratica conoscere per praticare meglio cercando la percezione e non l'azione. 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". 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, della filosofia antica ricercando ed evidenziando connessioni e sinergie tra le varie realtà.</p> <p>AnatomYoga® dal 2011 è un marchio registrato per motivi di tutela e di correttezza e dal 2012 è un'Associazione Sportiva Dilettantistica, affiliata CSEN - CONI e Yoga Alliance® - Italia International come scuola di formazione professionale internazionale per diventare insegnanti yoga RYT 500H - RYT250H PLUS.</p>	Gaetano Zanni Giovanna Asta Gianfranco Bertagni Elisabetta Razzaboni Stefano Vignali Sandro Spagnoli
17 - 18 Ottobre 2020	IL METODO ANATOMYOGA® - PRESENTAZIONE DEL CORSO ----- PERCEZIONI ANATOMICHE - UN APPROCCIO YOGICO	Gaetano Zanni

**CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE PER DIVENTARE
INSEGNANTI METODO ANATOMYOGA®**

**PRIMA ANNUALITÀ
Calendario delle lezioni annualità 2020/2021**

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

28 - 29 Novembre 2020	METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO - DAL METODO ALLA PERSONALIZZAZIONE ----- COLONNA VERTEBRALE 1 - BIOMECCANICA E FISIOLOGIA RACHIDE VERTEBRALE	Gaetano Zanni ----- Lisa Ragazzoni
12 - 13 Dicembre 2020	YOGA, HATHA YOGA, ASANA: RIFLESSIONI ----- INTRODUZIONE ALLA FILOSOFIA DEL CORPO	Giovanni Asta ----- Gianfranco Bertagni
09 - 10 Gennaio 2021	PRANA, CORPO PRANICO, PRANAYAMA. ----- L'APPARATO MUSCOLARE - DALLA TEORIA ALLA PRATICA - 1a sessione	Giovanni Asta ----- Gaetano Zanni
06 - 07 Febbraio 2021	PNEI (PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA) E RELAZIONE MENTE-CORPO UNA VISIONE YOGICA ----- SICUREZZA NELLA PRATICA YOGICA - DOVE SIAMO E COME SIAMO	Elisabetta Razzaboni ----- Gaetano Zanni

**CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE PER DIVENTARE
INSEGNANTI METODO ANATOMYOGA®**

**PRIMA ANNUALITÀ
Calendario delle lezioni annualità 2020/2021**

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

20 - 21 Marzo 2021	GLI YOGASUTRA DI PATANJALI E LA LORO PSICOLOGIA ----- PRATICARE CON LENTEZZA - ASCOLTO DEI SISTEMI NELLA PRATICA REVISIONE PRATICO-TEORICA	Gianfranco Bertagni ----- Gaetano Zanni
10 - 11 Aprile 2021	MTC E RELAZIONI CON LO YOGA ----- FISIOLOGIA DEL RESPIRO - PRANAYAMA - 1° sessione	Stefano Vignali ----- Gaetano Zanni
08 - 09 Maggio 2021	CORPO, SENTIRE, PRESENZA NEL TANTRISMO ----- CANTO ARMONICO	Gianfranco Bertagni ----- Sandro Spagnoli
24 - 27 Giugno 2021	RESIDENZIALE - Quattro giorni di full immersion teorico - pratica affrontando tutti gli insegnamenti acquisiti nelle annualità in modo completo e quotidiano. STRUTTURAZIONE DI UNA PRATICA YOGA - APPROCCIO EMPATICO REVISIONE - RIPASSO DELLE LEZIONE FATTE LABORATORIO PRATICO	Staff docenti

Scuola per insegnanti YOGA metodo AnatomYoga®

**CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE PER DIVENTARE
INSEGNANTI METODO ANATOMYOGA®**

PRIMA ANNUALITÀ

Calendario delle lezioni annualità 2020/2021

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

25 - 26 Settembre 2021	VERIFICA FINALE TEORICA VERIFICA FINALE PRATICA	Staff docenti
---------------------------	--	---------------