

Scuola per insegnanti YOGA AnatomYoga®

CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE PER DIVENTARE INSEGNANTI METODO ANATOMYOGA®

PRIMA ANNUALITÀ Calendario delle lezioni annualità 2021/2022

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

Prima annualità 2021/2022	<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
23 - 24 Ottobre 2021	<p>IL METODO ANATOMYOGA® - PRESENTAZIONE DEL CORSO</p> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <p>PERCEZIONI ANATOMICHE - UN APPROCCIO YOGICO</p>	Gaetano Zanni

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

**PRIMA ANNUALITÀ
Calendario delle lezioni annualità 2021/2022**

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

27 - 28 Novembre 2021	COLONNA VERTEBRALE 1 - BIOMECCANICA E FISIOLOGIA DEL RACHIDE VERTEBRALE ----- METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO - DAL METODO ALLA PERSONALIZZAZIONE	Lisa Ragazzoni ----- Gaetano Zanni
18 - 19 Dicembre 2021	YOGA, HATHA YOGA, ASANA: RILESSIONI ----- INTRODUZIONE ALLA FILOSOFIA DEL CORPO	Giovanni Asta ----- Gianfranco Bertagni
29 - 30 Gennaio 2022	PRANA, CORPO PRANICO, PRANAYAMA. ----- L'APPARATO MUSCOLARE - DALLA TEORIA ALLA PRATICA - 1a sessione	Giovanni Asta ----- Gaetano Zanni
26 - 27 Febbraio 2022	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 2021/2022**

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

26 - 27 Marzo 2022	GLI YOGASUTRA DI PATANJALI E LA LORO PSICOLOGIA ----- PRATICARE CON LENTEZZA - ASCOLTO DEI SISTEMI NELLA PRATICA REVISIONE PRATICO-TEORICA	Gianfranco Bertagni ----- Gaetano Zanni
23 - 24 Aprile 2022	MTC E RELAZIONI CON LO YOGA ----- FISIOLOGIA DEL RESPIRO - PRANAYAMA - 1° sessione	Stefano Vignali ----- Gaetano Zanni
21 - 22 Maggio 2022	CORPO, SENTIRE, PRESENZA NEL TANTRISMO ----- CANTO ARMONICO	Gianfranco Bertagni ----- Sandro Spagnoli
23 - 26 Giugno 2022	RESIDENZIALE - Quattro giorni di full immersion teorico - pratica affrontando tutti gli insegnamenti acquisiti nelle annualità in modo completo e quotidiano. REVISIONI TEORICO PRATICHE RIPASSO DELLE LEZIONE FATTE LABORATORIO PRATICO	Staff docenti

Scuola per insegnanti YOGA AnatomYoga®

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

**PRIMA ANNUALITÀ
Calendario delle lezioni annualità 2021/2022**

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

23 - 24 Luglio 2022	AYURVEDA - LE SUE RELAZIONI CON LA PRATICA DELLO YOGA ----- LABORATORIO PRATICO - LO STUDIO A 360° DI UN ASANA	Staff docenti
24 - 25 Settembre 2022	VERIFICA TEORICA VERIFICA PRATICA	Staff docenti