

CORSO BIENNALE DI FORMAZIONE INSEGNANTI YOGA METODO ANATOMYOGA® 2022-2024

PRIMA ANNUALITÀ 2022-2023

I corsi si svolgeranno sabato e domenica dalle 09.00 alle 18.00 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.

AnatomYoga, la conoscenza migliora la pratica

AnatomYoga nasce per integrare la conoscenza dello yoga migliorando la pratica, conoscere per praticare meglio cercando la percezione e non solo l'azione.

AnatomYoga 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".

Il progetto formativo di **AnatomYoga** prevede: oltre ad un apprendimento e ad una valutazione anatomica specifica di ognuno di noi, la conoscenza e lo studio delle neuroscienze applicate, della filosofia antica e di tutti gli elementi storici dello yoga cercando un'unione tra corpo e mente riportandoci sul sentire e non sul fare.

AnatomYoga dal 2011 è un marchio Registrato® con metodo sottoposto a Copyright© per motivi di tutela e di correttezza. 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 - CEAS FACE TO FACE O ONLINE.

DOCENTI

Gaetano Zanni
Giovanni Asta
Gianfranco Bertagni

Davide Bongiorno
Sandro Spagnoli
Stefano Vignali

Lisa Ragazzoni
Elisabetta Razzaboni
Rosalba Piarulli

15 - 16 ottobre 2022

IL METODO ANATOMYOGA® - PRESENTAZIONE DEL CORSO

Docente: Gaetano Zanni

PERCEZIONI ANATOMICHE - UN APPROCCIO YOGICO

Docente: Gaetano Zanni

12 - 13 novembre 2022

METODOLOGIA DELL'INSEGNAMENTO - DAL METODO ALLA PERSONALIZZAZIONE

Docente: Gaetano Zanni

COLONNA VERTEBRALE 1 - BIOMECCANICA E FISIOLOGIA DEL RACHIDE VERTEBRALE

Docente: Lisa Ragazzoni

3 - 4 dicembre 2022

YOGA, HATHA YOGA, ASANA: RILESSIONI

Docente: Giovanni Asta

INTRODUZIONE ALLA FILOSOFIA DEL CORPO

Docente: Gianfranco Bertagni

14 - 15 gennaio 2023

PRANA, CORPO PRANICO, PRANAYAMA

Docente: Giovanni Asta

L'APPARATO MUSCOLARE - DALLA TEORIA ALLA PRATICA 1a sessione

Docente: Gaetano Zanni

11 - 12 febbraio 2023

PNEI (PSICONEUROENDOCRINOIMMUNOLOGIA) RELAZIONE MENTE-CORPO UNA VISIONE YOGICA

Docente: Elisabetta Razzaboni

SICUREZZA NELLA PRATICA YOGICA - DOVE SIAMO E COME SIAMO

Docente: Gaetano Zanni

11 - 12 marzo 2023

GLI YOGASUTRA DI PATANJALI E LA LORO PSICOLOGIA

Docente: Gianfranco Bertagni

PRATICARE CON LENTEZZA - ASCOLTO DEI SISTEMI NELLA PRATICA

Docente: Gaetano Zanni

REVISIONE PRATICO-TEORICA

Docente: Gaetano Zanni

15 - 16 aprile 2023

MTC E RELAZIONI CON LO YOGA

Docente: Stefano Vignali

FISIOLOGIA DEL RESPIRO - PRANAYAMA - 1° sessione

Docente: Gaetano Zanni

13 - 14 maggio 2023

CORPO, SENTIRE, PRESENZA NEL TANTRISMO

Docente: Gianfranco Bertagni

UDARA E SISTEMA VISCERALE - ASCOLTO ANATOMICO E FUNZIONALE 1a sessione

Docente: Gaetano Zanni

RESIDENZIALE 22 - 25 giugno 2023

CANTO ARMONICO

Docente: Sandro Spagnoli

BIO-TENSEGRITÀ NELLA PRATICA YOGA

Docente: Lisa Ragazzoni

UDARA E SISTEMA VISCERALE - ASCOLTO ANATOMICO ED ENERGETICO 2a sessione

Docente: Gaetano Zanni

REVISIONE TEORICO – PRATICA

Docente: Gaetano Zanni

15 - 16 luglio 2023

AYURVEDA, UN APPROCCIO ALLE BASI DI UNA FILOSOFIA/MEDICINA MILLENARIA -

Docente: Rosalba Piarulli

LABORATORIO PRATICO - LO STUDIO A 360° DI UN ASANA

Docente: Gaetano Zanni

16 - 17 settembre 2023

VERIFICA PASSAGGIO ANNUALITÀ