Insegnare con un tema

Modulo dell'Advanced Teacher Training 300 ore di Anusara® Yoga

Con Alessandra di Prampero

In presenza a Bologna e online via Zoom

Insegnare con un tema è uno dei tratti distintivi dell'Anusara® Yoga. I temi trasformano la pratica e servono da **ispirazione** a insegnanti e studenti per collegare la pratica degli asana a un **significato più profondo dello yoga** e della vita.
In questo modulo, obbligatorio per gli insegnanti impegnati nel programma del Teacher Training Anusara Avanzato 300 ore, approfondiremo le nostre abilità con il tema, esplorando una serie di metodi semplici e coerenti per portare nelle nostre lezioni temi autentici ed efficaci.

Prerequisito: avere completato 100 ore di Immersion Anusara e 100 ore di Teacher Training Anusara.

Alcuni degli argomenti trattati:

- Sviluppare temi dalla propria esperienza personale;
- Modalità per personalizzare il tema;
- Tecniche per intrecciare il tema direttamente negli asana;
- Strategie per intrecciare il tema nel flusso della lezione;
- Schemi per sviluppare la sequenza della lezione intorno al tema;
- Esercitazioni seguite da feedback.

Quando:

- sabato e domenica 14 e 15 maggio
  in presenza o online in diretta (9.30 - 13.00 e 14.30 - 18.00)
- + 2 sessioni online in diretta: mercoledì 18 maggio e mercoledì 25 maggio (20.30 - 22.30).

Prezzo: 240 euro.
Numero chiuso di studenti, sia in presenza che online.
Dove: Atma Studio Mazzini, via Emilia Levante 6, Bologna
Per iscrizioni e informazioni: info@sattvastudio.org – 3381266316
A conferma della propria iscrizione si richiede un acconto di 50 euro. Il saldo è dovuto entro il 30 aprile.

Alessandra di Prampero, *insegnante Certificata Esperta di Anusara® Yoga, E-RYT500, socia YANI, pratica yoga da quasi 50 anni e lo insegna dal 2001. Studia e pratica Anusara dal 2002 e ha contribuito alla crescita e diffusione dell'Anusara Yoga a Milano, in Italia e in Europa. Alessandra è apprezzata dai suoi studenti per la sua energica dolcezza, per la sua sincerità e per la sua capacità di guardare alla vita quotidiana con occhiali spirituali.* www.sattvastudio.org

SATTVA STUDIO Yoga per risplendere

Anusara® School of Hatha Yoga

E-RYT 500 yoga ALLIANCE

ATMASTUDIO Centro Anusara® Yoga