



Corso 250 ore // 19 AGOSTO - 1 SETTEMBRE 2024

Pratica del mattino 08.00-09.30 - Pratica del pomeriggio 17.30-19.00

Insegnanti: Marco M. - Sofia M. - Alice K. - Elisa F. - Emanuela B.

Data	Teacher AM	Teacher PM	Workshop AM	W. Teacher AM	Workshop PM	W. Teacher PM
19/8		Sofia			All: Asana in Piedi 1	Sofia
20/8	Marco	Sofia	Chakra e corpo sottile	Alice	All: Asana in Piedi 2	Sofia
21/8	Sofia	Alice	Cosa è lo Yoga	Marco	All: Equilibrio e Meditazione	Sofia
22/8	Alice	Sofia	All: flessioni all'indietro	Sofia	Prove Insegnamento	Sofia
23/8	Sofia	Marco	All: busto avanti	Sofia	Pr: Tecniche rilassanti	Sofia
24/8	Sofia	Marco CT	Prove Insegnamento	Sofia	Pr: energizzanti	Sofia
25/8	Sofia	Elisa	All: inversioni + vinyasa	Elisa	Prove Insegnamento - Diverse Intelligenze	Elisa
26/8	Elisa	Alice	Al: torsione e forza	Elisa	Prove Insegnamento	Alice
27/8	Alice	Elisa	Samkhia & Yoga Sutra	Marco	Med: Storie e Tecniche	Alice
28/8	Elisa	Manu AM	Prove Insegnamento Pr e Med	Elisa	Logica Sequenze	Elisa
29/8	Alice	Elisa	Mantra	Alice	Esame Pratico	Elisa
30/8	Elisa	Marco&Manu ED	Storia dello Yoga	Marco	Insegnare: etica e burocrazia	Marco
31/8	Manu SSV	Marco	Esame Scritto	Marco	Correzione Esame	Elisa
1/9	Elisa		Chiusura e Consegna diplomi			