



Corso 250 ore // 22 LUGLIO - 4 AGOSTO 2024

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

Insegnanti: Marco M. - Frida C. - Alice K. - Elena G. - Emanuela B.

Data	Teacher AM	Teacher PM	Workshop AM	W. Teacher AM	Workshop PM	W. Teacher PM
22/7		Frida			All: Asana in Piedi 1	Frida
23/7	Marco	Frida	Chakra e corpo sottile	Alice	All: Asana in Piedi 2	Frida
24/7	Frida	Alice	Cosa è lo Yoga	Marco	All: Equilibrio e Meditazione	Frida
25/7	Alice	Frida	All: flessioni all'indietro	Frida	Prove Insegnamento	Frida
26/7	Frida	Marco	All: busto avanti	Frida	Pr: Tecniche rilassanti	Frida
27/7	Frida	Marco CT	Prove Insegnamento	Frida	Pr: energizzanti	Frida
28/7	Frida	Elena	All: inversioni + vinyasa	Elena	Prove Insegnamento - Diverse Intelligenze	Elena
29/7	Alice	Elena	Al: torsione e forza	Elena	Prove Insegnamento	Alice
30/7	Alice	Elena	Samkhia & Yoga Sutra	Marco	Med: Storie e Tecniche	Alice
31/7	Elena	Manu AM	Prove Insegnamento Pr e Med	Elena	Logica Sequenze	Elena
1/8	Alice	Elena	Mantra	Alice	Esame Pratico	Elena
2/8	Elena	Marco&Manu ED	Storia dello Yoga	Marco	Insegnare: etica e burocrazia	Marco
3/8	Manu SSV	Marco	Esame Scritto	Marco	Correzione Esame	Elena
4/8	Elena		Chiusura e Consegna diplomi			