

ITALIA 2019 FORMAZIONE INSEGNANTI

SRI SRI YOGA

La formazione insegnanti della Sri Sri School of Yoga è guidata dagli insegnamenti dello **Yoga Shiromani Sri Sri Ravi Shankar** e include i vari cammini dello Yoga: Gyana (il cammino della conoscenza), Bhakti (il cammino della devozione e della sincerità), Hatha (il cammino della determinazione) e Raj yoga (il cammino reale, senza sforzo). Durante la formazione - attraverso una formazione olistica che include i vari aspetti filosofici, pratici e spirituali della scienza dello yoga - imparerai a coltivare il tuo intero essere attraverso un'efficace pratica di pranayama, asana, tecniche yogiche avanzate che vanno oltre il corpo, approfondiscono e rendono viva la tua esperienza personale dello yoga, consentendo una connessione profonda dalla quale prende vita l'insegnamento naturale e autentico che contraddistingue lo Sri Sri Yoga.

Una pratica completa e profonda che attinge alla tradizione della Conoscenza Vedica.

**Dal Praticare
all'Insegnare.**
Evoluzione
**Personale e
Professionale.**



YOGA TEACHER TRAINING • 200H

Vivere lo yoga. Insegnare lo yoga.

APRILE - NOVEMBRE 2019 • MILANO

7 MESI DI FORMAZIONE • 1 WEEKEND AL MESE • SESSIONI ONLINE •
CERTIFICATO 200H YOGA ALLIANCE • YOGA COMMUNITY INTERNAZIONALE

MASTERCLASS • FREE EXPERIENCE • WEBINAR ONLINE

Inizia il tuo viaggio interiore. Da Gennaio a Marzo 2019, puoi incontrare il tuo trainer e fare un'esperienza partecipando alle Masterclass & Free Experience in programma in 8 città italiane. Oppure seguendo i Webinar SRI SRI YOGA ONLINE ovunque tu sia. **CALENDARIO** www.srisriyogaitalia.it

CONTATTI

391.1863845
info@srisriyogaitalia.it
www.srisriyogaitalia.it

FORMATO

MODULO DI 200H riconosciuto YOGA ALLIANCE e allineato al Programma del Ministero AYUSH, Government of India.

DESCRIZIONE

- 200H SUDDIVISE IN 7 MESI DI FORMAZIONE • 1 WEEKEND AL MESE A MILANO DA APRILE AD OTTOBRE • SESSIONI ONLINE • 1 SETTIMANA RESIDENZIALE A NOVEMBRE NELLA FORESTA NERA CON ESAME FINALE • YOGA COMMUNITY & TRAINERS INTERNAZIONALI

CALENDARIO

APRILE - NOVEMBRE 2019

- 5-7 APRILE – Milano*
- 17-19 MAGGIO - Milano*
- 21-23 GIUGNO - Milano*
- 12-14 LUGLIO - Milano*
- 30 AGOSTO -1 SETTEMBRE - Milano*
- 11-13 OTTOBRE - Milano*
- 23-30 NOVEMBRE– Bad Antogast, FORESTA NERA.

Uno di questi due weekend estivi (LUG o AGO) potrebbe subire un cambiamento di data e luogo per un weekend residenziale. Sarà comunicato il primo weekend del Training.

* DanceHaus – Via Tertulliano 70 – MM LODI (linea gialla) – MILANO

LINGUA

La formazione è svolta in italiano con traduzione in inglese, per eventuali partecipanti di lingua inglese.

MATERIE & METODOLOGIA DI STUDIO

1. Filosofia, Testi, Etica e Stile di Vita dello Yoga
2. Sequenza di Asana dello Sri Sri Yoga
3. Asana Clinic per un'approfondita pratica e apprendimento delle posture
3. Anatomia e Fisiologia applicate allo Yoga
4. Pratica di Gruppo
5. Pratica e studio in piccoli gruppi
6. Studio base del Sanscrito
7. Pranayama – Principi & Pratica
8. Meditazione – Pratica e Tecniche di Insegnamento
9. Ayurveda & Dieta Yogica
10. Tecniche di Insegnamento
11. Classi interattive per sviluppare Capacità di Comunicazione e di Relazione Allievo/Insegnante
12. Business dello Yoga
13. Creare e guidare una buona classe di Yoga Nidra



MODALITA' DI AMMISSIONE & REGISTRAZIONE.

In 4 passi

1. COMPILAZIONE MODULO DI REGISTRAZIONE – [MODULO REGISTRAZIONE](#)
2. COLLOQUIO DI AMMISSIONE con uno dei nostri insegnanti.
3. EMAIL DI ACCETTAZIONE con le istruzioni per il pagamento e materiali di studio preparatori al primo weekend.
4. PAGAMENTO DELLA QUOTA DI ISCRIZIONE tramite bonifico bancario direttamente alla SRI SRI SCHOOL OF YOGA Europe.

Prerequisiti

- Un sincero interesse nell'apprendere lo Yoga e successivamente eventualmente insegnarlo.
- Aver compiuto i 18 anni di età.
- Un certificato che attesti salute fisica e stato mentale in grado di sostenere un training rigoroso.
- Pratica regolare di yoga di almeno 1 anno.
- NOTA SULLA PRATICA DEL SUDARSHAN KRIYA® YOGA
 - i. Il **Sudarshan Kriya® Yoga** non è richiesto come prerequisito, pur essendo parte della pratica personale durante il Training e supporto fondamentale all'insegnamento nello Sri Sri Yoga.
 - ii. Per coloro che sono nuovi a questa tecnica verrà organizzato un weekend di formazione aggiuntivo.

Weekend di formazione alla pratica SUDARSHAN KRIYA® YOGA

MILANO – periodo tra MAGGIO e AGOSTO 2019 (venerdì sera/sabato/domenica)

Quota di partecipazione scontata per i partecipanti al Teacher Training: 155€ anziché 240€

PARTECIPAZIONE NON NECESSARIA PER CHI GIÀ PRATICA

CONTATTI SRI SRI YOGA ITALIA info@srisriyogaitalia.it – Tel 391.1863845

SRI SRI SCHOOL OF YOGA EUROPE ttpdeskeurope@srisrischoolofyoga.org

WWW.SRISRISCHOOLOFYOGA.ORG/EU

QUOTA DI ISCRIZIONE.

La quota di iscrizione è differenziata e suddivisa durante l'anno in 3 diversi momenti.

NOTA: Per chi NON pratica il Sudarshan Kriya, va aggiunto il weekend di training dedicato (155€ da saldare 1 mese prima).

1. FORMAZIONE 200H RYT

1.035€ - REGISTRAZIONE dal 1° febbraio al 10 marzo 2019

*SALDO Al momento della registrazione**

Tramite bonifico a Sri Sri Yoga Italia - EMAIL: info@srisriyogaitalia.it

✿ INCLUDE

- Modulo Formazione di 200 Ore
- Certificazione SRI SRI YOGA Teacher riconosciuta da Yoga Alliance, US e CSEN italia.

** La registrazione si intende confermata al momento dell'avvenuto pagamento e al ricevimento dell'email di Accettazione.*

2. 6 WEEKEND IN AULA IN ITALIA

350€ - SALDO Entro il 5 aprile 2019

Direttamente a SRI SRI YOGA ITALIA (Bonifico bancario) - EMAIL: info@srisriyogaitalia.it

✿ INCLUDE

- 6 weekend in aula dalle 19.00 del venerdì alle 17.00 della domenica
- Modulo Mentoring 50 Ore
- Manuali di Studio Sri Sri Yoga.
- Colazione e Pranzo il sabato e la domenica.

✿ NON INCLUDE

- Cena del sabato sera
 - Pernottamento
 - Disponibile convenzione con Hotel.
 - Possibilità di organizzare alloggio economico in AirBnB con compagni di corso.
-

3. SETTIMANA RESIDENZIALE NELLA FORESTA NERA

a partire da 370€* - SALDO Entro il 31 ottobre 2019

Tramite bonifico bancario direttamente a ART OF LIVING EUROPEAN CENTRE - Bad Antogast, OPPENAU – Foresta Nera

EMAIL: info@artofliving.de

✿ INCLUDE

- 7 giorni e 6 notti, vitto e alloggio.
- Navetta da/per Stazione del treno di Oppenau.

✿ NON INCLUDE

- Trasferimenti da/per altre STAZIONI/AEROPORTI di arrivo/partenza.
- Notti extra

**La cifra finale varia a seconda della sistemazione scelta e può essere soggetta ad eventuali cambiamenti da parte della struttura, indipendenti dalla Sri Sri School of Yoga.*

LA VOCE DI CHI HA PARTECIPATO AL TRAINING...

Lavinia Mustapha, Londra

“Partecipare allo Sri Sri Yoga TTP è stato il dono più bello e una delle più grandi lezioni di vita che abbia mai ricevuto, una di quelle che non si può mai dimenticare! Al corso ho imparato che lo yoga è soprattutto uno stile di vita che va “al di là del tappetino” e per me è diventato un mezzo di comunicazione tra corpo e mente, aiutandomi a conoscermi meglio, influenzando positivamente le mie interazioni con altri. Con lo yoga sono riuscita a gestire meglio il tempo e a diventare più produttiva riducendo i livelli di stress. L’esperienza più bella per me è stata quella di sentire la connessione con me stessa, con coloro che erano attorno a me, con la natura ed acquisire la consapevolezza che non ci sono “separazioni”, frontiere, muri tranne quelli che costruiamo noi stessi. Lo Sri Sri Yoga TTP mi ha donato la libertà e la possibilità di condividerla con gli altri.”

Lavinia Mutapha, Londra – Studentessa Universitaria e insegnante Sri Sri Yoga 350 H con certificazione AYUSH, Gov. Of India.

Piera Pasini, Brescia

“Partecipare al TTP per diventare insegnante di Sri Sri Yoga è stata una tappa fondamentale non solo della mia crescita professionale ma anche, e prima di tutto, della mia evoluzione personale.

È stato un corso molto intenso, ricco e completo sotto ogni punto di vista: la pratica fisica, le tecniche di respirazione, la meditazione, la conoscenza dei testi antichi, lo studio del corpo e di come funziona la mente, l’alimentazione e le pratiche detox, l’organizzazione e la gestione di una classe, la comunicazione e l’interazione con gli altri.

Ho incontrato e conosciuto persone splendide provenienti da ogni parte del mondo, con le quali ho condiviso momenti belli, momenti intensi, momenti difficili, tante ore di pratica e di studio, grande impegno ma anche puro divertimento. Ci siamo dati sostegno reciproco e abbiamo instaurato collaborazioni che proseguono tutt’ora.

Grazie a questo corso, la pratica dello Yoga è diventata parte integrante della mia vita e, proprio per questo, sento di poterla trasmettere in modo naturale ai miei allievi con grande presenza e centratura.

Mi ha anche dato tutti gli strumenti necessari per iniziare subito ad insegnare, l’energia e l’entusiasmo per aprire una associazione olistica tutta mia e trasmettere agli altri questa meravigliosa Conoscenza, tanto antica quanto assolutamente contemporanea. Viva e vitale.”

Piera Pasini, BS - Operatrice Olistica, Terapista Ayurvedica e insegnante Sri Sri Yoga 350 H con certificazione AYUSH, Gov. Of India.

Barbara Ferrando, Torino

“Avevo deciso di partecipare al TTP di Sri Sri Yoga, pur essendo già insegnante di yoga, solo per approfondire meglio le asana e la Conoscenza dei Veda, ma in realtà il corso si è dimostrato davvero una rivelazione! Il lavoro sulle asana insieme allo studio della Conoscenza e dell’Hatha Yoga Pradipika hanno aperto nuove prospettive nella mia mente, come se si svelasse pian piano un nuovo “gusto” dello yoga. Yoga come flusso di presenza continuo e totale che passa, si muove ed è mosso dal respiro. Yoga come fluire del Sè attraverso il movimento del corpo, dei pensieri incessanti che attraversano la mente e delle emozioni. Dalla teoria alla pratica, non solo parole ma esperienze!

Un training intenso, forte e profondo, dove ho fatto Esperienza di Me Stessa, di un Centro che Osserva, non giudicante.

Un’esperienza pratica, tangibile, fisica ma anche sottile, eterea, impercettibile.

E questa Esperienza mi ha lasciato una forza e una centratura che credo rappresentino davvero il significato e il Viaggio dell’autentico Yoga! Grazie!”

Barbara Ferrando, TO – Biologa Nutrizionista e insegnante Sri Sri Yoga 350H, con certificazione AYUSH, Gov. Of India.

Gianni Pisano, Salerno

“Dopo aver fatto la formazione per insegnanti di Yoga nella mia città a Salerno, ho sentito la necessità di rivolgermi a una Scuola più onnicomprensiva che mi facesse avanzare nella pratica e nell’esperienza dello Yoga. Devo dire di averla trovata nella Sri Sri School of Yoga, dove la conoscenza dello yoga che viene passata deriva da un autentico lignaggio di Maestri e viene trasferita con molta attenzione alla pratica e all’esperienza personale, che la rende profonda e viva. E’ stato sicuramente un avanzamento importante, che mi ha arricchito come insegnante e come praticante.”

Gianni Pisano, SA – Insegnante Yoga e insegnante Sri Sri Yoga 350H, con certificazione AYUSH, Gov. Of India.
