



**ACCESSIBLE
YOGA**

CORSO DI FORMAZIONE IN YOGA ACCESSIBILE

ONLINE o in presenza a Teramo con **Alessandra Uma Cocchi**
15-16 febbraio • 22-23 febbraio • 22-23 marzo 2025

Obiettivi e contenuti del Corso

Imparare a strutturare lezioni di yoga in cui tutti gli allievi possano praticare insieme in una modalità capace di onorare e celebrare ogni età, abilità, taglia e livello di esperienza, avendo sempre presente l'essenza della pratica, che è per sua natura accessibile. **Clicca [QUI](#) per approfondire.**

Struttura e organizzazione del Corso

- 36 ore in diretta
- accesso a video pre-registrati aggiuntivi

Clicca [QUI](#) per ulteriori dettagli.

Calendario

- Sabato 15 e domenica 16 febbraio 2025 dalle 9:00 alle 12:00 e dalle 15:00 alle 18:00.
- Sabato 22 e domenica 23 febbraio 2025 dalle 9:00 alle 12:00 e dalle 15:00 alle 18:00.
- Partecipazione in qualità di osservatore/osservatrice a una lezione reale di Yoga Accessibile (orario a scelta tra quelli disponibili) nell'intervallo tra l'incontro di febbraio e l'incontro successivo.
- Sabato 22 marzo 2025 dalle 9:00 alle 12:00 e dalle 15:00 alle 18:00.
- Domenica 23 marzo 2025 9:00 alle 12:00 e dalle 15:00 alle 16:30.

Clicca [QUI](#) per la programmazione dei contenuti.

Aperto a

- Insegnanti Yoga con almeno 200 ore di formazione all'insegnamento adulti
- Altre categorie valutabili (fatta salva consolidata esperienza Yoga).

Clicca [QUI](#) per approfondire.

Lingua

- Italiano.
- Interventi online di Jivana Heyman e Rodrigo Souza in inglese con traduzione consecutiva in italiano.

Modalità

- Online sulla piattaforma Zoom
- In presenza a Teramo.

Clicca [QUI](#) per i dettagli.

Quote di partecipazione

Clicca [QUI](#) per il prospetto delle quote.

- N.B.: Tutte le quote sono rateizzabili.

Come iscriversi

Clicca [QUI](#) per la procedura di iscrizione.