

# Corso di Yoga



## Luogo

Piemonte, Vercelli

<https://www.annunci.it/x-323709-z>

## CORSO ONLINE DI YOGA

Questo Corso Online di Yoga ti permette di apprendere la disciplina nella sua forma più attuale. Un percorso spirituale di 9 lezioni dedicato alla tua crescita personale.

E' adatto a tutti, inclusi principianti assoluti, per praticare yoga a casa propria. Le lezioni sono rivolte a persone sane. In caso di disturbi di vario genere o gravidanza, bisogna rivolgersi prima al proprio medico curante.

Il corso è strutturato in 9 moduli, ognuno composto da:

-1 video-lezione (dove: asana (posizioni del corpo) e tecniche di pranayama (respirazione) vengono dimostrate all'interno di sequenze);

-1 lezione in formato pdf, che costituisce un manuale consultabile per approfondimenti su asana, mudra e tecniche di pranayama eseguiti nei video, oltre ad offrire cenni teorici e spunti per integrare lo yoga nella propria vita quotidiana, al di fuori del tappetino.

Al termine ci sarà anche un test di auto-valutazione di 20 domande a risposta multipla, volto a quantificare il livello di apprendimento dei temi affrontati. Il superamento di quest'ultimo vi consentirà di ottenere l'Attestato di Frequenza al Corso.

L'intero corso di Yoda è fruibile online, attraverso la nostra piattaforma di Formazione A Distanza "Yoda Academy", comprendente materiali didattici. Una volta effettuato il pagamento, riceverà il manuale elettronico scaricabile da casa o in ufficio.

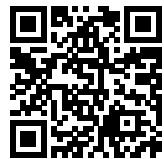
  
<https://www.annunci.it/x-323709>

  
<https://www.annuncio.it/x-3237099>

  
<https://www.annuncio.it/x-3237099>

https://www.aminuclci.it/x-323/09

CORSO DI YOGA



1

Corso di  
Yoga

  
<https://www.anunciati.it/x-323709>

  
<https://www.annunci.it/x-3233709>

A QR code located at the top right of the page, which links to the advertisement.

<https://www.annuncio.it/x-323709>

A QR code located in the top right corner of the page, which links to the website mentioned in the text below.

<https://www.annunci.it/x-3237091>

<https://www.annunci.it/x-323709>

<https://www.anunciati.it/x-323709>

Corso di Yog