Corso di Yoga



Luogo **Piemonte, Vercelli** https://www.annuncici.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 seguenze);
- -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.

Corso di Y https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237	ne. attraverso la nostra plattarorma di Formazione A Distanza riale di Salda Una visibili pale di Romania di Formazione A Distanza riale di Salda Una visibili pale di Romania di Formazione A Distanza riale di Salda Una visibili pale di Romania di Formazione A Distanza riale di Romania di Romania di Formazione A Distanza riale di Romania di Romania di Formazione A Distanza riale di Romania di Romania di Formazione A Distanza riale di Romania di R	Corso https://www.annuz Corso Corso Corso Corso corso corso	di	Yoga 323709- 323709- 323709- 323709-
https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 Corso di Y Corso di Y		ttps://www.	ıncici.it/x-	323709-
idicicicicicicicicicicicicicicicicicici	ria e attraverso la ni ria e di casa de la constanta	Cors	<u></u> -	.37 →
corso di Y https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 corso di Y	da e Irubile onii Bergala Inate da sid Brudi	Corso https://www.annu	di di	Yog:
https://www.annuncici.it/x-3237 Corso di Y Corso di Y https://www.annuncici.it/x-3237 https://www.annuncici.it/x-3237 corso di Y Corso di Y Corso di Y Corso di Y		Corso	<u>Q.</u>	Yoga
Corso di Y Inttps://www.annuncici.it/x-3237 Inttps://www.annuncici.it/x-3237 Inttps://www.annuncici.it/x-3237 Inttps://www.annuncici.it/x-3237 Inttps://www.annuncici.it/x-3237		https://www.annu z	= =:	370
Corso di Y https://www.annuncici.it/x-3237 corso di Y	356 BB	Cors	di uncici.it/x-	Yoga 323709-
Corso di Yo https://www.annuncici.it/x-32370 corso di Yo the corso di Yo		Cors	di ncici.it/x-	
Corso di Yo		Corso https://www.annu	di ncici.it/x-	Yoga 323709-
		Corso	di ncici.it/x-	Yoga 323709-