

Scuola Formazione Insegnanti

Il Corso prende nella dovuta considerazione gli studi che negli ultimi trent'anni sono stati fatti a livello accademico nell'ambito dello Yoga attraverso scienze - come l'etnografia, l'antropologia sociale, la psicologia sociale - i quali gettano una luce nuova su quello che oggi possiamo definire Yoga transnazionale, ossia dall'India verso l'Occidente, rompendo molti schemi arcaici e luoghi comuni.

Yoga, oggi, ha finito per diventare sinonimo di asana o postura e vi sono state importanti e determinanti interazioni a partire dal XIX secolo tra India e Occidente che, insieme, hanno contribuito a formare lo yoga che oggi viene praticato in tutto il mondo, dalle palestre ai Centri e Studi specializzati.

Le materie di studio comprendono sezioni indispensabili a fornire una visione ed una competenza professionale al neo insegnante, soprattutto alla luce di quanto sopra detto.

MATERIE DI STUDIO

- Meccanica del movimento
finalizzata alle posture, in base ai principi della fisica e della cinesiologia;
- Anatomia e Fisiologia
con particolare riguardo a quella respiratoria;
- Anatomia dello Hatha Yoga nelle posture fondamentali; costruzione logica delle sequenze.
Sono comprese tutte le tecniche inerenti: bandha, mudra, shatkarma ecc.
- Studio particolareggiato del sistema dei Chakra (Shatchakranirupana)
- I due "sistemi" filosofici ortodossi SAMKHYA e Yoga e accenno agli altri quattro (Nyaya, Vaisheshika, Mimamsa, Vedanta)
- Sviluppo del pensiero filosofico in India, dalle origini ai filosofi indiani contemporanei
- Psicologia indiana
Conoscenza, Emozione, Comprensione dal punto di vista delle principali scuole filosofiche del Buddismo, Jainismo, Samkhya, Yoga, Nyaya, Vaisheshika, Mimamsa, Vedanta
- Storia dello Yoga moderno

Il Corso ha la durata di un anno con un fine settimana al mese:

- Sabato 9-13/15-19
- Domenica 9-13.

Può essere frequentato anche da coloro che sono alla prima esperienza, in quanto l'insegnamento parte dai primi rudimenti e si sviluppa nel corso degli incontri attraverso l'integrazione delle varie materie.

Sono compresi nel costo:

- le dispense di tutte le materie insegnate
- CD audio delle lezioni registrate durante gli incontri
- Forum dedicato esclusivamente ai corsisti, presente sul nostro sito consentirà il confronto tra gli allievi e l'insegnante con supporto in tempo reale.

il tirocinio verrà svolto all'interno delle normali sedute tenute presso il Centro Yoga Paramarta.