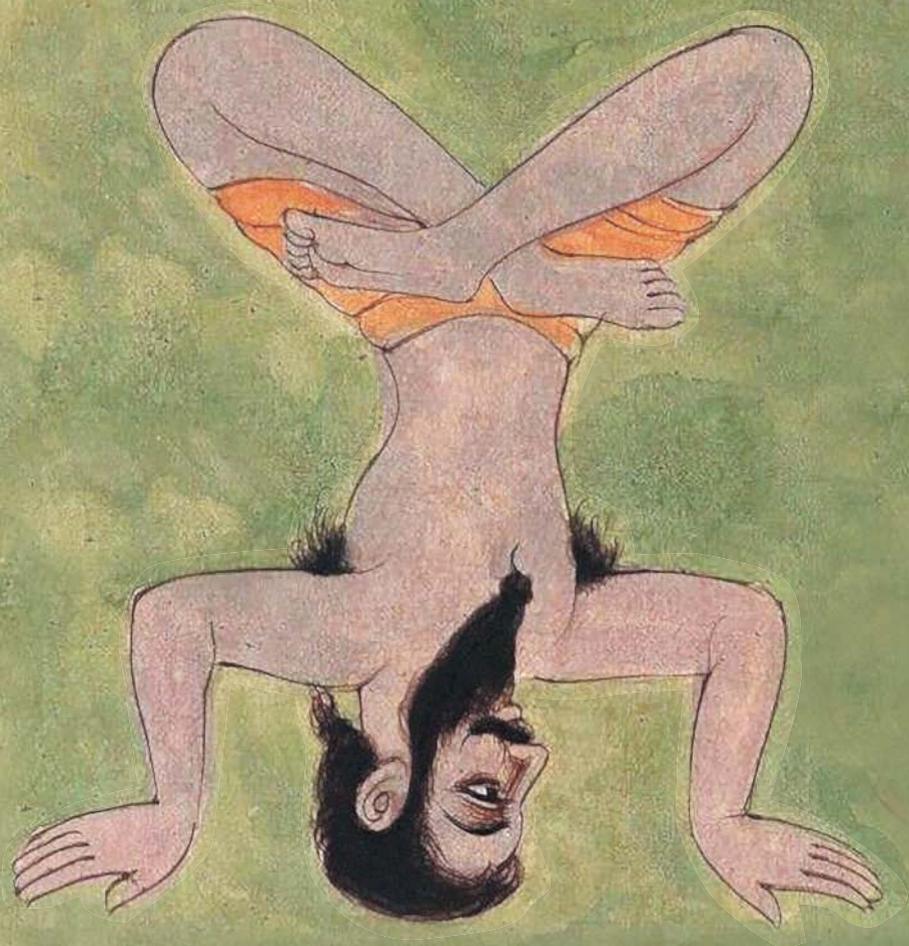


LE POSIZIONI CAPOVOLTE

SEMINARIO PRATICO-TEORICO DI HATHA YOGA

CON **CLAUDIO CONTE**



Le Posizioni Capovolte

Le posizioni capovolte, insieme a quelle sedute, rappresentano spesso il “biglietto da visita” dello yoga nell’immaginario collettivo. Proveremo ad approfondire le prime da un punto di vista didattico e biomeccanico, cercando di comprendere meglio come il praticante possa avvicinarle in modo sicuro e graduale, e come l’insegnante possa proporle adattandole alle difficoltà degli allievi.

Proveremo inoltre ad analizzare e approfondire i passaggi dei testi che, soprattutto nello Hatha Yoga medioevale (Hatha Pradipikā e Gheranda Samhitā), associano un particolare “modello” energetico alle capovolte discutendo insieme diverse possibili chiavi di lettura e comprendendo le interazioni e sovrapposizioni con il modello più comunemente in voga nello yoga attuale.

Programma

domenica 6 novembre 2022 > ore 10:00-13:30 e 14:30-18:00

Obiettivo del seminario è togliere la coloritura emotiva di inquietudine che spesso accompagna questo genere di posizioni, tanto nella pratica personale quanto nella didattica dell’insegnamento. Inquietudine legata non solo al timore di una “caduta”, ma spesso innescata dal confronto con un radicale cambiamento di “punto di vista”.

Il seminario, curato dalla Scuola di Yoga Centro Natura, è patrocinato e accreditato, nell’ambito del Settore formazione, dal Comitato provinciale Endas (Ente di Promozione Sportiva riconosciuto dal Coni).

È inoltre approvato da YANI come formazione continua per gli iscritti all’Associazione Nazionale Insegnanti Yoga per un totale di 7 ore

Docente Claudio Conte

Dopo gli studi in Scienze Politiche e Lingue Orientali, comincia ad insegnare yoga a Milano nel 1975. Soggiorna diverse volte in India seguendo l’insegnamento di alcuni dei più noti maestri di yoga (Dhirendra Brahmachari, Sri Pattabhi Jois, T.K.V. Desikachar).

Professore titolare dal 1990 della Fédération Nationale des Enseignants de Yoga - Francia e membro dell’Observatoire du Yoga. Componente della Struttura Tecnico Scientifica e della Commissione ammissione della YANI (Yoga - Associazione Nazionale Insegnanti), di cui è socio fondatore. È tra i fondatori della rivista “Percorsi Yoga”, attivo nella redazione fino al 2014. Ha redatto rubriche fisse di anatomia applicata allo yoga sui periodici Yoga Journal (ed. italiana) e Star Bene.

A Milano è direttore didattico del Centro Studi Yoga Shakti e della Scuola di Formazione all’Insegnamento dello Yoga (S.F.I.D.Y.), tiene Master Classes al Conservatorio Musicale di Milano e di Lugano. A Venezia è docente al Master in Yoga Studies dell’Università Ca’ Foscari. Tiene periodicamente seminari di formazione e approfondimento in varie città italiane ed europee.

Quota e modalità adesione:

85 euro

Il seminario è riservato agli iscritti a Sport Natura: quota associativa ridotta 15 euro.

Si svolge in presenza e richiede la partecipazione a tutta la giornata.

Posti limitati. Iscrizioni entro il 31 ottobre 2022.

PER INFORMAZIONI E ISCRIZIONI

e-mail: yoga@centronatura.it

telefono: 051.235643

Centro Natura

via degli Albari 4a - Bologna



Centro Natura



Centro Natura Bologna

www.centronatura.it