

Modalità Webinar e in presenza

nei corsi dove è indicata, la possibilità in presenza sarà verificata
in aggiornamento alle misure sull'emergenza Covid-19

Insegnanti YOGA

- **Seminario 5 giorni** sul tema: **Kriya Yoga**

€ 600,00 + iva **

dal **20** (15,00) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questo Seminario di Formazione approfondisce il Kriya Yoga attraverso ricche sequenze di pratica, attivazione della mente negli asanā, circuiti di pranā nel corpo. Il Seminario è un modulo completo, che puoi seguire singolarmente oppure aggiungere delle ulteriori lezioni per completare l'annualità di corso sul Kriya Yoga



- **Seminario 5+2 giorni** sul tema: **Kriya Yoga = 1ª annualità Formazione Standard**

€ 720,00 + iva **

dal **20** (15,00) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

+ 2 incontri (in autunno 2021 in una delle sedi EFOA o **webinar**, a scelta)

Questa formula intensiva di 7 giorni condensa il programma dell'annualità Kriya Yoga, e permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso (Formazione Standard). Questa formula è riservata solo per i nuovi iscritti al primo anno.

- **Seminario 5+5+2 giorni** sui temi: **Kriya Yoga, Yoga Posturale, Yoga Terapia**
= 1ª annualità Alta Formazione Professionale

€ 1.080,00 + iva **

dal **20** (15,00) al **29 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

+ 2 incontri (in autunno 2021 in una delle sedi EFOA o **webinar**, a scelta)

Questa formula intensiva di 12 giorni condensa il programma dell'annualità Kriya Yoga, aggiunge una formazione specifica sullo Yoga Posturale e Yoga Terapia, e permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso (Alta Formazione Professionale). Questa formula è riservata solo per i nuovi iscritti al primo anno.

YOGA PRATICO

• Seminario 6 giorni sul tema: **la Sequenza Ritmica**

€ 650,00 + iva

nei weekend di **agosto** e **settembre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

Questo Seminario di Formazione approfondisce una Sequenza che può già essere insegnata presso il proprio centro o palestre. A seguito di un esame è possibile conseguire il Certificato basic di Insegnante di Yoga Pratico. In autunno è possibile proseguire il corso, partecipando ad un altro modulo.



YOGA POSTURALE

• Seminario 3 giorni sul tema: **la Qualità dei Movimenti** = Formazione Base

€ 330,00 + iva **

dal **25** (10,00) al **27 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

• Seminario 5 giorni sul tema: **la Qualità dei Movimenti** = Formazione Avanzata

€ 660,00 + iva **

dal **25** al **29 agosto** (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questo Seminario di Formazione approfondisce il tema del movimento dal punto di vista Posturale, orientato a migliorare la qualità della pratica di Yoga. E' un modulo fruibile singolarmente, nello stesso tempo è un'occasione per conoscere la Scuola ed optare successivamente per il percorso Alta Formazione Professionale, nella sessione invernale a Milano o in webinar.



YOGA TERAPIA

• Seminario 3 giorni su: **lo Yoga Terapia sul tappetino**

€ 330,00 + iva **

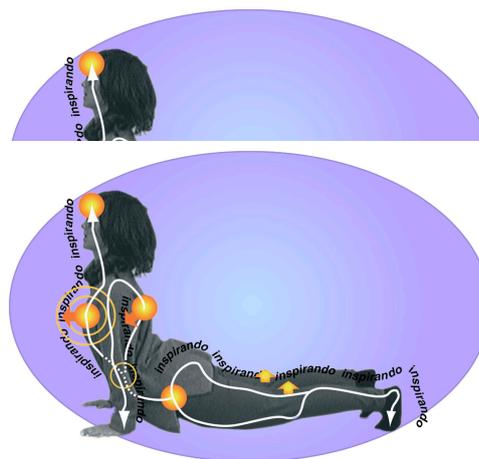
dal **27** (15,30) al **29 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

• Seminario 3 giorni su: **la Yoga Terapia del Pensiero** (Counseling Energetico)

€ 330,00 + iva **

dal **22** (15,30) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questi Seminari di Formazione approfondiscono ciascuno un tema specifico utilizzabile tanto per la propria pratica personale, che nell'insegnamento. I moduli sono fruibili singolarmente, nello stesso tempo rappresentano un'occasione per conoscere le Scuole EFOA di Formazione nello Yoga e nel Counseling.



NATUROPATIA

- **Seminario 4 giorni** sul tema: **La Naturopatia secondo la Medicina Cinese (MTC)**

€ 460,00 + iva

4 giorni di Seminario in **VIDEO DIFFERITA**

In questo seminario si analizzano i principi della Medicina Tradizionale Cinese orientati alle diagnosi e ai rimedi naturopatici (quintessenze, tinture madri, tinture metalliche spagiriche). Il Seminario è fruibile singolarmente, e si può integrare con i seminari successivi, per poter completare la prima annualità del corso di Formazione...

- **Seminario 4+3 giorni** sui temi: **La Naturopatia secondo la Medicina Cinese, Praticantato**

= 1ª annualità Formazione Standard

€ 780,00 + iva **

4 giorni di Seminario in **VIDEO DIFFERITA**

+ dal **20** (10,00) al **22 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questa formula intensiva di 6 giorni condensa il programma dell'annualità Medicina Tradizionale Cinese, e permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno d corso (Formazione Standard). Questa formula è riservata solo ai nuovi iscritti al primo anno.

- **Seminari 4+5 giorni** sui temi: **La Naturopatia secondo la Medicina Cinese, Praticantato, Counseling Energetico** = 1ª annualità Formazione Standard

€ 890,00 + iva **

4 giorni di Seminario in **VIDEO DIFFERITA**

+ dal **20** (10,00) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questa formula intensiva di 10 giorni condensa il programma dell'annualità Medicina Tradizionale Cinese, e aggiunge una formazione specifica sul Counseling Energetico di sostegno alla naturopatia. Il Seminario permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno d corso (Formazione Standard). Questa formula è riservata solo ai nuovi iscritti al primo anno.

- **Seminario 4+5+2 giorni** sui temi: **La Naturopatia secondo la Medicina Cinese, Praticantato, Counseling Energetico + 2 incontri autunnali + video**

= 1ª annualità Alta Formazione Professionale

€ 1.080,00 + iva **

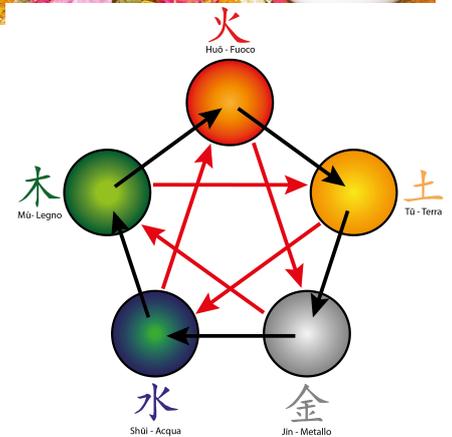
4 giorni di Seminario in **VIDEO DIFFERITA**

+ dal **20** (10,00) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

+ **2 incontri** (in autunno 2021 in una delle sedi EFOA o **webinar**, a scelta)

+ **video integrali della sessione invernale 2020-21**

Questa formula intensiva di 12 giorni condensa il programma dell'annualità MTC, e aggiunge una formazione specifica sul Counseling Energetico di sostegno alla naturopatia. Con l'aggiunta di due week-end autunnali oltre ai video di tutte le lezioni invernali, il Seminario permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno d corso secondo la formula più completa Alta Formazione Professionale. Questa formula è riservata solo ai nuovi iscritti al primo anno.



QI GONG - Io YOGA del TAO

- **Seminario 2 giorni** su: **il Qi Gong Terapeutico delle Forme**

€ 180,00 + iva **

dal **28** (9,30) al **29 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Aggiungendo ulteriori 4 giornate disponibile in video si completa l'annualità su Il Qi Gong delle Forme.

PRANOTERAPIA

- **Seminario 3 giorni** su: **La Prano sull'Aura B**

€ 330,00 + iva **

dal **25** (10,00) al **27 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

- **Entrambi i Seminari = 1ª annualità**

Formazione Standard

€ 600,00 + iva **

3 giorni di formazione **in VIDEO DIFFERITA**

+ dal **25** (10,00) al **27 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questi due Seminari di Formazione sono complementari, e si apprendono tecniche utilizzabili subito. Ciascun seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato seguirli entrambi. Aggiungendo ulteriori 2 giornate disponibile in video si completa l'annualità su la Prano dell'Aura.



COUNSELING energetico

- **Seminario 3 giorni** su: **Il Pensiero Positivo**

€ 330,00 + iva **

dal **22** (15,30) al **24 agosto** (18,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

Questo Seminario di Formazione approccia i principi del Pensiero Positivo, per comprendere l'origine delle fissazioni e ricostruire i corretti processi di pensiero. Il seminario è fruibile singolarmente, e all termine si può richiedere l'Attestato di partecipazione al Seminario di Formazione. E' inoltre un'occasione per conoscere la Scuola e successivamente poter scegliere un percorso di Formazione completo sul Counseling Energetico.



Massaggio Ayurvedico

• Seminario 3 giorni = Formazione Base

€ 330,00 + iva

dal **27** (10,00) al **29 agosto** (18,00) (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

In questo seminario si analizzano i principi dell'Ayurveda applicati all'Abyangam (massaggio ayurvedico), oltre ad un trattamento base riequilibrante e purificante (**Shuddhi Abyangam**). Il Seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato integrare con il successivo per un percorso di formazione professionale.

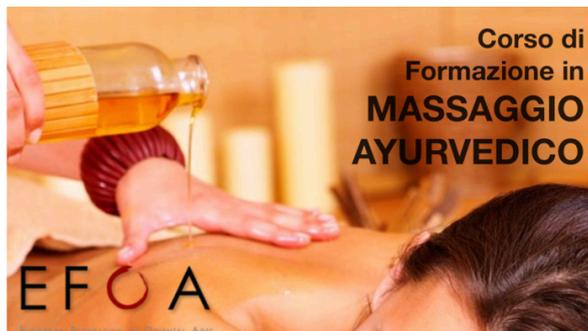
• Seminario 6 giorni = Formazione avanzata

€ 690,00 + iva

dal **27** (10,00) al **29 agosto** (18,00) (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

+ dal **3** (10,00) al **5 settembre** (18,00) (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

In questo seminario si analizzano i principi dell'Ayurveda applicati all'Abyangam (massaggio ayurvedico), oltre ad un trattamento base riequilibrante e purificante (**Shuddhi Abyangam**), arricchito rispetto al seminario base. Il Seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato integrare con il successivo per un percorso di formazione professionale.



RIFLESSOLOGIA Plantare

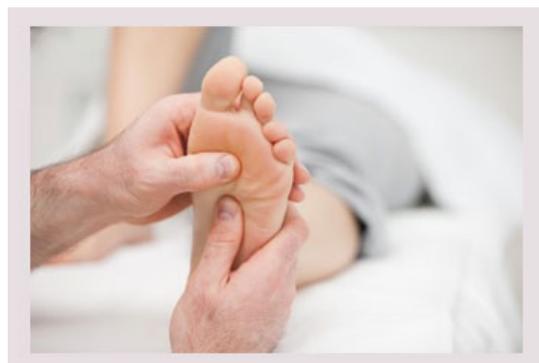
• Seminario 4 giorni su:

La Riflessologia Tradizionale

€ 480,00 + iva **

dal **26** (15,00) al **29 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

In questo seminario si analizzano i principi della Riflessologia Plantare Tradizionale, con riferimento alle mappe degli autori più conosciuti, e si apprende un trattamento completo sul piede di immediata applicazione pratica.



• Seminario 4+2 giorni su: **La Riflessologia Tradizionale** = 1ª annualità Formazione Standard

€ 660,00 + iva **

dal **26** (15,00) al **29 agosto** (13,00) (a **Salsomaggiore** o **webinar**, a scelta)

+ **19 settembre + 9 ottobre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

In questo percorso intensivo si analizzano i principi della Riflessologia Plantare Tradizionale, con riferimento alle mappe degli autori più conosciuti, e si apprende un trattamento completo sul piede di immediata applicazione pratica. In più, negli incontri finali si approfondisce la valutazione e la personalizzazione dei trattamenti sui diversi soggetti.

Questa formula permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso (Formazione Standard), ed è riservata solo ai nuovi iscritti al primo anno.

** Le quote indicate sopra si riferiscono alla partecipazione al corso, per le quote di vitto e alloggio presso L'Hotel Baistrocchi a Salsomaggiore (PR), oppure, per i non alloggiati, una **quota giornaliera di € 10,00 per usufrutto struttura e sale**, leggi attentamente le informazioni pratiche riportate in fondo.

Informazioni aggiuntive sulle SEDI:

- corsi a **Roma** - presso EFOA - viale Eritrea 91 E/5: sarà cura del partecipante organizzare il proprio vitto e alloggio.
- corsi a **Salsomaggiore (PR): - Hotel Baistrocchi viale G. Matteotti 31**
per le quote di vitto e alloggio presso L'Hotel Baistrocchi a Salsomaggiore (PR), oppure, per i non alloggianti, una **quota giornaliera di € 10,00 per usufrutto struttura e sale**.
leggi attentamente le informazioni pratiche:

Informazioni pratiche su vitto/alloggio

Hotel Baistrocchi - Salsomaggiore (PR)

- **Indirizzo dell'Hotel:** viale G. Matteotti 31 - Salsomaggiore (PR)
- **Quota di usufrutto struttura** per i non alloggianti - **€ 10,00/al giorno**
- **Quote di vitto e alloggio - giornaliere:**
 - **€ 50,00/gg pensione completa** (dalla cena del primo giorno al pranzo del giorno di partenza)
 - **€ 45,00/gg mezza pensione** (specificare se pranzo o cena)
 - **supplemento singola: € 6,00/gg** (speciale periodo emergenza covid, per favorire il distanziamento sociale)

Alle suddette quote va aggiunta la **tassa di soggiorno di € 1,5/gg**

- E' quindi possibile arrivare uno o più giorni prima del giorno di inizio corso, oppure procrastinare la permanenza oltre il giorno di fine corso, prenotando per tempo e considerando un costo aggiuntivo secondo il numero di giorni ulteriori.
- All'atto della prenotazione è richiesto di indicare alla Segreteria EFOA la preferenza di tipologia di camera (doppia, tripla, singola) e la scelta tra pensione completa e mezza pensione. Se non viene specificato si intende pensione completa.
- All'arrivo in hotel è necessario riferire correttamente alla reception dell'albergo le scelte effettuate al momento della prenotazione (tipologia camera/pasti).
- Le quote speciali riservate ai gruppi EFOA sono valide solo per le prenotazioni effettuate per tempo presso la sede segreteria EFOA: corsi@efoa.it. Non si accettano prenotazioni verbali.