

# Efoa International

## YOGA per INSEGNANTI

Corso di Formazione Insegnanti di Yoga EFOA Roma - Eritrea CALENDARIO DELLE LEZIONI;

### annualità 2023-24

su base: "**Kramavidyâ - l'arte delle Sequenze**

E' possibile recuperare l'annualità in corso, ricevendo i video integrali delle lezioni pregresse, potendo frequentare un seminario estivo a Tabiano dal 28 agosto al 1° settembre (in presenza, oppure in webinar e video), e frequentando le lezioni conclusive nel periodo autunnale:

- Sede di **ROMA** (presenza o webinar) :
  - 19 nov • 3 dic • 28 gen • 25 feb • 17 mar • 5 mag • 26 mag (disponibili per video e recuperabili nei seminari estivi)
  - **22 set • 13 ott**
- + seminari estivi: **5/7 lug** a Roma (disponibile in video) - **30 ago/1° sett** a Salsomaggiore (o webinar/video)

### annualità 2024-25

su base: "**Pranâyâmâ - l'arte del Respiro e della gestione del Pranâ**  
quota promozionale per adesione nel periodo estivo

- Sede di **ROMA** (presenza o web) - **Yoga Insegnanti (150 h / anno) - formula classica:**
  - **22 set • 13 ott:** lezioni conclusive dell'anno precedente, a cui è possibile partecipare come ospiti se iscritti all'anno 2024-25
  - **24 nov • 8 dic • 26 gen • 23 feb • 16 mar • 4 mag • 25 mag • 21 set • 12 ott**
- + seminari:
  - **Yoga Terapia:** 5/6 lug a Roma (o webinar/video)
  - **Yoga Posturale:** 28/30 ago a Salsomaggiore (o webinar/video)
  - **Laboratorio:** sessioni **2 giorni** a Roma o Milano (o webinar/video)
- Sede di **ROMA** (presenza o web) - **Yoga Insegnanti (2 anni in 1 - 250 h / anno) - formula Yoga Alliance:**
  - a Roma (o web): **22 set • 13 ott** : lezioni conclusive dell'anno precedente, a cui è possibile partecipare come ospiti se iscritti all'anno 2024-25
  - a Roma (o web): **24 nov • 8 dic • 26 gen • 23 feb • 16 mar • 4 mag • 25 mag • 21 set • 12 ott**
  - a Roma (o web) - corso di **Yoga Pratico con approfondimento di Sequenze:** **23 nov • 7 dic • 25 gen • 22 feb • 15 mar • 3 mag • 24 mag • 20 set • 11 ott**
- + seminari:
  - **Yoga Terapia:** 5/6 lug a Roma (o webinar/video)
  - **Yoga Posturale:** 28/30 ago a Salsomaggiore (o webinar/video)
  - **Laboratorio:** sessioni **2 giorni** a Roma, Milano (o webinar/video)

- orario: 9,30/18,00

- dispense: il corso è supportato da ampie dispense

- ripetere lezioni o recuperare assenze: è inoltre possibile seguire in modalità webinar (o in presenza) le lezioni tenute nelle sedi di Milano e Bologna, ottenendo un notevole arricchimento della propria formazione. In caso di assenza è possibile richiedere il video relativo.

*Il corso rientra nella formula Alta Formazione e nel percorso per il riconoscimento **Yoga Alliance International Divisione Italia®** (RYS 250PLUS in uno o due anni - RYS 350PLUS in due o tre anni - RYS 500PLUS da due a quattro anni).*

## SEDE DEL CORSO

### EFOA Roma - Eritrea

Email [segreteria@efoa.it](mailto:segreteria@efoa.it)  
Telefono 06 86326445 / 6  
Cellulare 346 11 71 270  
Indirizzo viale Eritrea, 91  
Cap 00199

Info e Orari dal lunedì al venerdì dalle ore 10:00 alle 14:00 e dalle ore 15:00 alle ore 19:00. Per le attività settimanali amatoriali (non di formazione) si può visitare il sito [www.yogapilatesroma.it](http://www.yogapilatesroma.it)