

Percorsi di formazione seminari estivi intensivi 2023

In estate sono proposti diversi seminari su varie discipline e argomenti.

- Tutti i Seminari sono a tema e possono essere seguiti singolarmente
- In più, per i corsi **Insegnanti di Yoga, Naturopatia, Pranoterapia, Counseling, Shiatsu, Riflessologia Plantare, Qi Gong, Massaggio Ayurvedico** è possibile inserire i seminari seguiti in un percorso di formazione per raggiungere un'annualità corso, integrando con video e lezioni aggiuntive autunnali.

Insegnanti YOGA

- **Seminario 4 giorni** sul tema: **Hathavidyâ**

€ 600,00 + iva **

dal **6 al 9 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- Questo Seminario di Hathavidyâ fa entrare pienamente nell'arte dell'Hatha Yoga, in cui gli âsana sono analizzati nella loro prospettiva più corretta come una vera e propria meditazione corporea, e dove il movimento e il respiro assumono un ruolo importante nello sviluppo della consapevolezza. Il tutto analizzato e praticato attraverso ricche sequenze. Il Seminario è un modulo completo, che puoi seguire singolarmente oppure aggiungere delle ulteriori lezioni per completare l'annualità di corso sull'Hathavidyâ (v. sotto).



- **Seminario 4+5+2 giorni** sui temi: **Hathavidyâ, Yoga Posturale, Yoga Terapia** = 1^a annualità Alta Formazione Professionale

€ 1.080,00 + iva **

dal **6 al 9 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

+ dal **22 al 27 agosto** (a **Tabiano PR** o **webinar**, a scelta)

+ **2 incontri** (in autunno 2023 in una delle sedi EFOA o **webinar**, a scelta)

- Questa formula intensiva di 11 giorni condensa il programma dell'annualità Hathavidyâ, aggiunge una formazione specifica sullo Yoga Posturale e Yoga Terapia, e permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso. Questa formula è riservata solo per i nuovi iscritti al primo anno.

YOGA POSTURALE

- **Seminario 3 giorni** sul tema: **muscoli posturali, respiro, ossa, chiavi dell'equilibrio** = Seminario di Formazione

€ 330,00 + iva **

dal **25 al 27 agosto** (a **Tabiano** o **webinar**, a scelta)

- Questo Seminario di Formazione approfondisce il tema della consapevolezza dal punto di vista della muscolatura posturale. Un particolare accento viene messo sulle relazioni con il respiro e gli atteggiamenti interni, comportamentali e posturali, e analizzata l'influenza dell'intenzione psichica posturale nella pratica degli asana
- Il Seminario è un modulo fruibile singolarmente, nello stesso tempo è un'occasione per conoscere la Scuola ed optare successivamente per il percorso Alta Formazione Professionale, nelle sessioni invernali (a Milano, Roma, Lucca, Cagliari o in webinar).



YOGA TERAPIA

- **Seminario 3 giorni** su:

lo Yoga Terapia sul tappetino

€ 330,00 + iva **

dal **22** al **25 agosto** (a **Tabiano** o **webinar**, a scelta)

- **Seminario 3 giorni** su: **lo Yoga Terapia del Pensiero (Counseling Energetico)**

€ 330,00 + iva

dal **30 giugno** al **2 luglio** (a **Roma** 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.



QI GONG - lo YOGA del TAO

- **Seminario 2 giorni** su: **il Qi Gong del Respiro - Taijigong**

€ 180,00 + iva

dal **1** al **2 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- **Seminario 2 giorni** su: **il Qi Gong del Respiro - Taijigong**

€ 180,00 + iva **

dal **23** al **24 agosto** (a **Tabiano** o **webinar**, a scelta)

Questi due Seminari di Formazione sono complementari, ciascuno dedicato a sequenze approfondite su **Il Qi Gong del Respiro - Taijigong**. Ciascun seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato seguirli entrambi. Aggiungendo ulteriori 2 giornate disponibile in video si completa l'annualità su **Il Qi Gong del Respiro - Taijigong**.



PRANOTERAPIA

- **Seminario 3 giorni** su:

La Prano sui punti Cuore A

€ 330,00 + iva

dal **14** al **16 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- **Seminario 3 giorni** su:

La Prano sui punti Cuore B

€ 330,00 + iva **

dal **25** al **27 agosto** (a **Tabiano** o **webinar**, a scelta)

- **Entrambi i Seminari + 2 incontri in autunno** = 1ª annualità

€ 900,00 + iva **

dal **14** al **16 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta) + dal **25** al **27 agosto** (a **Tabiano** o **webinar**, a scelta) + **2 incontri** (in autunno 2023 a **Roma, Milano** o **webinar**, a scelta)



Questi due Seminari di Formazione sono complementari, in quanto focalizzati su tecniche utilizzabili subito. Ciascun seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato seguirli entrambi. Aggiungendo ulteriori 2 giornate disponibili in video si completa l'annualità su **la Prano sui Punti Cuore**.

NATUROPATIA

- **Seminario di 3 giorni** sul tema:
La Naturopatia su base AYURVEDA

€ 390,00 + iva

dal **7 luglio** al **9 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

A questo seminario è possibile aggiungere un

- **Seminario di 3 giorni** sul:

Praticantato fondato sulla Naturopatia a base Ayurveda

€ 390,00 + iva

dal **1°** al **3 settembre** (a **Milano** o **webinar**, a scelta)

- In questi Seminari di Formazione si analizzano le basi di una valutazione secondo l'Ayurveda, che attribuisce importanti significati alla nostra struttura caratteriale, comportamentale, oltre ai segni sul volto, la lingua, il polso. La valutazione porta ad individuare rimedi naturopatici e comportamenti alimentari che aiutano ad affrontare distonie, disturbi corporei, psichici e psicosomatici.
- Entrambi i Seminari possono essere convalidati nell'ambito di un percorso di Formazione che si può scegliere di estendere successivamente (in estate come spiegato sotto, oppure dal prossimo autunno)

- **Seminari 3 + 3 + 4 giorni** sui temi:

La Naturopatia su base AYURVEDA & Praticantato

+ 2 incontri autunnali + video

= 1ª annualità Alta Formazione Professionale

€ 1.200,00 + iva

- dal **7 luglio** al **9 luglio** (a **Roma** o in **webinar**, a scelta)

+ dal **1°** al **3 settembre** (a **Milano** o **webinar**, a scelta)

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

+ **video integrali della sessione invernale 2022-23**

Questa formula intensiva di 14 giorni sviluppa interamente il programma dell'**annualità 2022-23 su base Ayurveda**. Con l'aggiunta di due week-end autunnali oltre ai video di tutte le lezioni invernali, questa formula intensiva permette di conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso secondo la formula più completa Alta Formazione Professionale. E' possibile usufruire di questa formula solo al primo anno.



COUNSELING energetico

- **Seminario 3 giorni** su: **Il Linguaggio del Profondo**

€ 330,00 + iva **

dal **30 giugno** al **2 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

In questo fantastico Seminario andremo a conoscere e risolvere i traumi che l'inconscio nasconde e che costringono la persona a soffrire emotivamente e mentalmente, a somatizzare nel corpo e a livello fisiologico, ad avere comportamenti distonici, a soffrire per gli "scheletri nascosti nell'armadio", a continuare a rivivere traumi antichi e a ripetere sempre gli stessi errori.

Per ottenere tutto ciò utilizzeremo, il Linguaggio non-verbale, le tecniche di penalizzazione, e la scienza degli Stati di Coscienza dello Yoga, riuscendo ad ottenere ottimi risultati dalle prime sedute.



SHIATSU

- **Seminario 4 giorni** = Formazione Base

€ 330,00 + iva

dal **22 al 25 giugno** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- **Seminario 4 giorni + 2 w.e. autunnali + video integrali della sessione invernale 2022-23**

= 1ª annualità Formazione Standard

€ 900,00 + iva

dal **22 al 25 giugno** (a **Roma** o **webinar**, a scelta) + **9-10 settembre + 14-15**

ottobre (a **Roma** o **webinar**, a scelta) + **video integrali della sessione invernale**

Questi Seminari di Formazione sono complementari, e si apprendono tecniche utilizzabili subito a livello amatoriale. Ciascun seminario è fruibile singolarmente, pur essendo consigliato seguirli tutti, per iniziare un percorso di Formazione professionale completo.



Massaggio Ayurvedico

- **Seminario 3 giorni** su:

il Massaggio Olistico degli Umori
procedura base armonizzante e purificante

= Seminario di Formazione

€ 330,00 + iva

dal **23 al 25 giugno** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- **Seminario 3 giorni** su:

il Massaggio Olistico degli Umori: procedure specifiche per ciascuno dei 3 umori

= Seminario di Formazione

€ 330,00 + iva

dal **1° al 3 settembre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- Questi due seminari di formazione sono complementari, ciascuno dedicato ad una modalità di trattamento. Sono seguibili singolarmente, pur essendo consigliato seguirli entrambi...

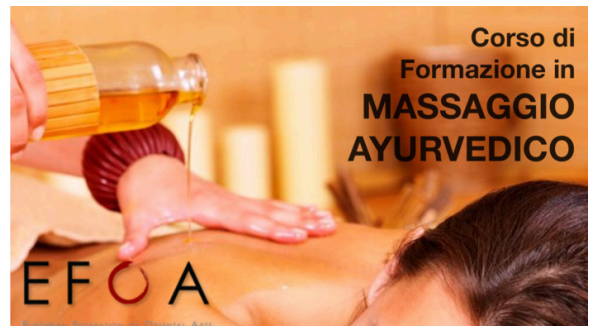
- **Entrambi i seminari 6 giorni** = 1ª annualità Formazione Standard

€ 600,00 + iva

dal **23 al 2 giugno** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

+ dal **1° al 3 settembre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- Seguendo i due seminari si apprendono i principi e la pratica del massaggio ayurvedico su **il riequilibrio dei 3 Umori (Dosha)**, ottenendo l'attestato di partecipazione alla prima annualità (modalità Standard), e potendo accedere in autunno alla seconda annualità.



RIFLESSOLOGIA Plantare

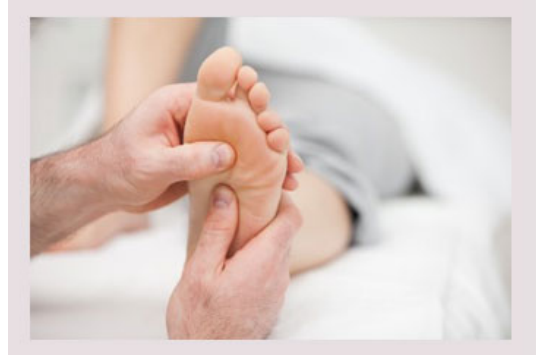
- **Seminario 3 giorni** su: **La Riflessologia Organica**

€ 360,00 + iva

dal **3** al **5 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)
oppure

dal **6** all' **8 settembre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- In questo seminario hai la possibilità di entrare nel vivo della Riflessologia, grazie all'apprendimento dell'analisi dei segni e di un trattamento base calibrato in base ai segni. La persona trattata apprezza ampiamente tanto la gradevolezza che lo stato di vitalità e distensione profonda. Il trattamento appreso è di immediata applicazione pratica.



- **Seminario 3+2 giorni** su: **La Riflessologia Organica = 1° annualità Formazione Standard**

€ 660,00 + iva

dal **3** al **5 luglio** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)
oppure

dal **6** all' **8 settembre** (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

+ 9 settembre + 15 ottobre (a **Roma** o **webinar**, a scelta)

- In questo seminario hai la possibilità di entrare nel vivo della Riflessologia, grazie all'apprendimento dell'analisi dei segni e di un trattamento base calibrato in base ai segni. La persona trattata apprezza ampiamente tanto la gradevolezza che lo stato di vitalità e distensione profonda. Il trattamento appreso è 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. E' possibile integrare con i video della sessione invernale (€ 360+iva) per conseguire l'Attestato di Partecipazione al 1° anno di corso Alta Formazione.

**** Per i Seminari in agosto 2023 su:
Yoga, Yoga Terapia, Yoga Posturale, Qi Gong, Pranoterapia**

Informazioni pratiche su vitto/alloggio Hotel Ducale - Tabiano (PR)

- **Indirizzo dell'Hotel:** viale Respighi 3 - 43039 Tabiano Terme (PR)
- **Quote di vitto e alloggio - giornaliera:**
 - € 64,00 + € 1,5 **tassa soggiorno/gg mezza pensione** con acqua ai pasti
 - € 74,00 + € 1,5 **tassa soggiorno/gg pensione completa** con acqua ai pasti
 - **supplemento singola: € 6,00/gg**
 - **Quota di usufrutto struttura** per i non alloggianti - € 20,00/al giorno
- E' 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 con precisione il **giorno di arrivo e di ripartenza**, la preferenza di **tipologia di camera** (doppia, singola). Per la camera doppia è necessario indicare il nominativo di condivisione della stanza. E' anche possibile dare disponibilità alla segreteria di condividere la camera doppia con una/un collega (se non ci fosse questa possibilità la prenotazione diventa singola).
- Le quote speciali riservate ai gruppi EFOA sono valide solo per le prenotazioni effettuate per tempo presso la sede segreteria efoa: **segreteria@efoa.it** (accertarsi di ricevere dalla segreteria una mail di conferma). Non si accettano prenotazioni verbali.