

## CALENDARIO ANNO 2024/2025 SEDE SCUOLA DI YOGA MILANO

Qui sotto il calendario dell'anno 2024/2025 del Corso di Insegnanti di Yoga proposto dalla nostra scuola che si terrà presso la sede di Milano.

Nel programma è previsto un residenziale di **4 giorni** a fine anno presso **Cascina Bellaria**.

Data	N. WE	Insegnanti	Programma
12/10/2024	1°	Eleonora Coco	All: Asana in Piedi+Prove Insegnamento
13/10/2024	1°	Eleonora Coco	All: Equilibrio e Meditazione+Prove Insegnamento
26/10/2024	2°	Alice Kundalini	All: flessioni all'indietro+Prove Insegnamento
27/10/2024	2°	Alice Kundalini	Chakra e corpo sottile+Prove Insegnamento
23/11/2024	3°	Elena Gherardi	Med: Storie e Tecniche+Prove Insegnamento
24/11/2024	3°	Elena Gherardi	Pr: Tecniche rilassanti+Prove Insegnamento
14/12/2024	4°	Eleonora Coco	All: busto avanti+Prove Insegnamento
15/12/2024	4°	Eleonora Coco	All: inversioni + vinyasa+Prove Insegnamento
25/01/2025	5°	Margherita Miralli	Al: torsione e forza+Prove Insegnamento
26/01/2025	5°	Margherita Miralli	Logica Sequenze+Prove Insegnamento
22/02/2025	6°	Paola Franzoni	Pr: energizzanti+Prove Insegnamento Pranayama e Meditazione
23/02/2025	6°	Paola Franzoni	Verifica Pratica
27/03/2025	7°	Marco Mandrino / Emanuela Boriotti	Cosa è lo Yoga+Samkhia & Yoga Sutra
28/03/2025	7°	Marco Mandrino / Emanuela Boriotti	Mantra 1+2+Storia dello Yoga
29/03/2025	8°	Marco Mandrino / Emanuela Boriotti	Verifica Scritta+Revisione Verifica Scritta
30/03/2025	8°	Marco Mandrino / Emanuela Boriotti	Insegnare: etica e burocrazia

**Hari-Om s.s.d. arl**

Cascina Bellaria Reg Boschi 47 15079 Sezzadio (AL)

PI e CF 02407290069

E-mail [info@hari-om.it](mailto:info@hari-om.it) Web [www.hari-om.it](http://www.hari-om.it)