

YOGA ALLIANCE

TEACHER TRAINING
CERTIFICATE



مسیری در جهت بهبود کیفیت سلامت جسم و روان

تلاش ما برای ایجاد کیفیتی متفاوت و نگاهی
متفاوت به رویکرد زندگیست، تا با یادگیری آن را
انتشار دهیم و با اثرگذاری، نقش خود را در این
جهان به ثمر برسانیم.

دوره بین المللی مربیگری ۲۰۰ ساعته

«یوگا الاینس»

با بیشترین سرفصل های درسی و اعطای مدرک معتبر بین المللی ۲۰۰ ساعته با مَهر یوگا الاینس از مدرسه ی

Rishikulyogashala

(این مدرسه دارای ۵ شعبه در هند و نپال می باشد)
این دوره در تهران محدودده دروس برگزار می شود .
توسط اولین برگزار کننده حضوری ، دوره ها با همراهی
مدرسین با تجربه بین المللی .

۷ تا ۱۰ سرفصل درسی و حمایت بعد از دوره مناسب
برای همه کسانی که قصد بسط دانش علمی و عملی
یوگا، دوره پاکسازی و تغییر و سرمایه گذاری مادی و
معنوی در این راه را دارند.

* تمامی دروس یوگا الاینس بصورت فارسی و توسط مربیان ایرانی

تدریس خواهد شد.

۷ تیر آشنایی با گروه و دریافت جزوات

شروع دوره از ۹ تیر ماه

روزهای شنبه. یکشنبه. سه شنبه - ۸ تا ۱۳
روزهای دوشنبه و چهارشنبه - ۱۵ تا ۲۰

۱۲ مرداد جشن پایانی و اعطای مدرک

هر هفته یک روز برنامه طبیعت و گفتگوهای متفرقه داریم

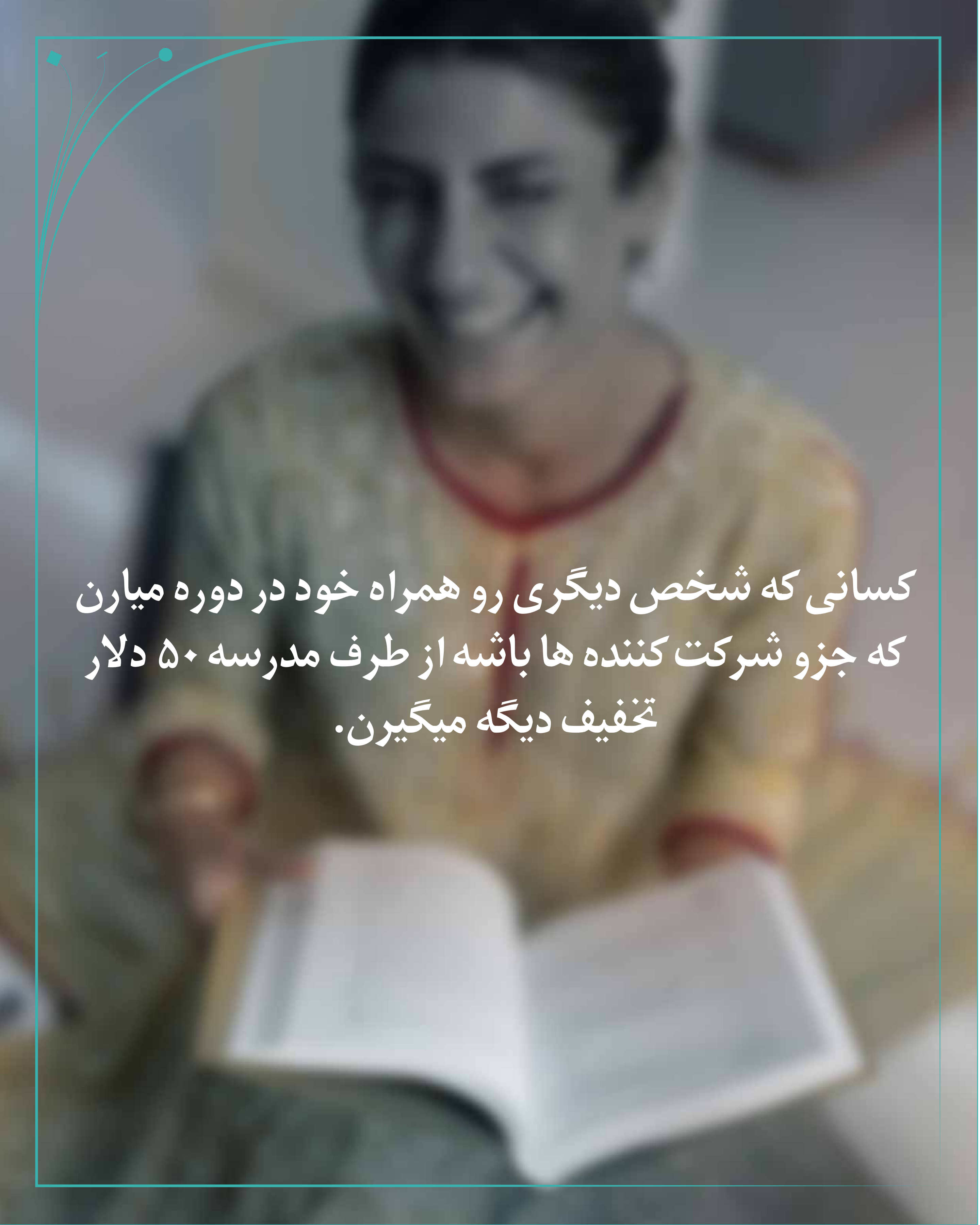
به همراه با جشن

Opening – Closing

*مژده به پرتوجویانی که در چند سال گذشته در دوره های مربیگری شرکت کرده اند می توانند در دوره پیشه رو در تهران در هر کلاسی و درسی که ابهام دارند بطور جداگانه جهت تمرین و رفع اشکال حاضر شوند.

آساناهای هاتا یوگا.
آساناهای آشانگا یوگا.
پرانایاما (تکنیک های تنفسی)
مدیتیشن (مراقبه)
فلسفه یوگا.
یوگانیدرا (خواب یوگی)

مودرا (مغناطیس ژست هایی خاص)
مانترا (حمل و نقل ذهن به وسیله اصوات)
آناتومی و فیزیولوژی.
روش تدریس.
شات کریا (تکنیک های پاکسازی)
ادجاسمنت الایمنت.
(نحوه اصلاح و تصحیح بدن در حرکات یوگا)



کسانی که شخص دیگری رو همراه خود در دوره میارن
که جزو شرکت کننده ها باشه از طرف مدرسه ۵۰ دلار
تخفیف دیگه میگیرن.