

Attestato di Idoneità all'insegnamento dello

# YOGA

**LIVELLO BASE**

Si certifica che:

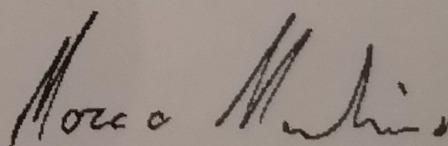
**Ilaria Purpura**

ha completato con successo il Corso di Studi **Intensivo 250 ore per insegnanti di Yoga** superando l'esame di idoneità conseguendo la qualifica di:

**INSEGNANTE DI YOGA livello base**  
(principianti)

**Contenuti del corso**

- Hatha Yoga
- Vinyasa
- Asana
- Pranayama
- Meditazione
- Tecniche di insegnamento
- Anatomia
- Filosofia ed etica
- Storia dello Yoga
- Fisiologia sottile
- Tantra
- Ayurveda
- Approccio agli studenti



Direttore didattico  
Marco Mandrino

Sezzadio, lì 20 settembre 2020

