

Fondatrici e Formatrici



Guru Jiwan Kaur:

Insegnante di Kundalini Yoga della 3HO dal 1986, è formatrice internazionale di insegnanti di Kundalini Yoga Lead Trainer di 1 e 2 livello IKYTA-KRI e del programma di Yoga per la Gravidanza

Conscious Pregnancy Gravidanza Consapevole.

Conduce corsi e collabora a percorsi di formazione in Italia e all'Estero.

Si occupa di Yoga per Bambini e ragazzi dall'89 e di Yoga per la Gravidanza dal 90. Terapeuta e insegnante di Sat Nam Rasayan. Anima l'Associazione Shakti e dirige il Centro Yoga Shakti di Roma dal 90.

Studiosa di Umanologia secondo la tradizione del Kundalini Yoga, la utilizza per il counseling personale e di coppia e lo yogaterapia. Community Development Officer della 3HO in Italia, è membro del 3HO European Advisory Board. Sposata con Karta Singh dal 1990, nel '95 hanno una figlia e condividono l'esperienza di supportarne la crescita.



Datta Kaur:

Insegnante di Kundalini Yoga certificata KRI e di Yoga in Gravidanza, è formatore Associate d' insegnanti di Kundalini

Yoga certificati Ikyta-Kri.

Insegnante di scuola primaria dal 1984, approfondisce gli studi di psicologia dell'età evolutiva continuando ad aggiornarsi e a partecipare a corsi e Master.

Applica le conoscenze dello yoga all'insegnamento, specializzandosi come insegnante di yoga per bambini e ragazzi, e come supporto alla genitorialità.

Conduce incontri di Yoga Family e di Yoga Gioco per gruppi bambini-genitori.

La sua esperienza personale si è arricchita anche dall'aver supportato con amore e attenzione la crescita di una ragazza in affido.

Yogare per crescere

è un approccio all'età evolutiva basato sugli insegnamenti del Kundalini Yoga e sui moderni studi della psicologia dell'età evolutiva



Per informazioni:

Tel. 3207416185 – 3332515508

www.centroyogaanahata.com



***Corso formazione Insegnanti
Kundalini Yoga
per bambini e ragazzi
...e adulti coinvolti***



A.S.D. Centro Yoga Anahata

Via solmi 34 Cagliari

YOGARE per crescere

Dall'incontro delle esperienze sviluppate da Guru Jiwan Kaur e Datta Kaur in oltre venti anni di insegnamento del Kundalini Yoga a bambini e ragazzi è nato **YOGARE per crescere**.

Contenitore di progetti orientati al mondo dell'età evolutiva, raccoglie in maniera sinergica gli antichi insegnamenti dello Yoga e i moderni raggiungimenti della psicologia dell'età evolutiva.

Il Kundalini Yoga e Yogi Bhajan

YOGARE per crescere si radica nella tradizione nota ed ampiamente diffusa in occidente del *Kundalini Yoga come insegnato da Yogi Bhajan, che come 3HO International* propone da 40 anni in tutto il mondo programmi di varia natura con particolare attenzione alle donne e all'educazione e istruzione di bambini e ragazzi. La *3HO International* è da molti anni una ONG *Organizzazione Non Governativa* presso l'ONU con status consultivo nel *United Nations Economic and Social Council*.

YOGARE per crescere: dove

L'esperienza di tutti questi anni ha portato i nostri insegnanti a lavorare in **situazioni e presso strutture** di vario genere: asili nido, scuole materne, scuola primaria e secondaria, centri di yoga, palestre, e anche parchi, campi estivi e molto altro.

YOGARE per crescere

Corso di Formazione per Insegnare
Yoga a Bambini e Ragazzi

Percorso di specializzazione per Insegnanti di Kundalini Yoga aperto a operatori del settore pedagogico-educativo (*i quali, se non lo praticano già, dovranno frequentare almeno 20 lezioni di Kundalini Yoga*) finalizzato all'acquisizione ed approfondimento di conoscenze, strumenti, modalità e tecniche educativo-didattiche e psico-pedagogiche.

LA FORMAZIONE PREVEDE

- conoscenza delle teorie dei principali psicologi dell'età evolutiva;
- conoscenza degli insegnamenti di base sulla nascita, sui cicli della vita e su bambini e adolescenti nell'ottica dell'Umanologia come insegnata da Yogi Bhajan;
- apprendimento di tecniche espressive e motorie proprie del Kundalini Yoga, adatte a bambini e ragazzi nelle varie fasce dell'età evolutiva.
- Sviluppo del Senso Motorio: vita prenatale, 0-18 mesi; baby yoga.
- Sviluppo Pre-Operatore: 18 mesi-6 anni; psicomotricità, yoga-gioco individuale (ludico-egoico); studio degli atelier adatti.
- Sviluppo Operatore-Concreto: 6-10 anni; coordinazioni percettivo-motorie tramite esperienze concrete; classi di Kundalini Yoga; psicodrammi; immaginazione e gioco nell'apprendimento; studio degli atelier adatti.
- Sviluppo Operativo-Formale: oltre 10 anni; dal concetto a ipotesi e astrazione; classi di Kundalini Yoga; dinamiche di gruppo sulle problematiche adolescenziali; terapia della parola; altre terapie a sostegno dello sviluppo armonico del corpo.
- Interventi educativi di sostegno a difficoltà psicomotorie-sociali in armonia con le figure genitoriali e territoriali; capacità progettuale.



Calendario

Le lezioni si svolgeranno il Sabato dalle ore 11:00 alle ore 20:00 (con 1 ora di pausa pranzo) e la Domenica dalle ore 09:00 alle 15:00 (con 30 minuti di pausa)

Nei giorni:

8-9 Febbraio 2014 29-30 Marzo 2014
10-11 Maggio 2014 21-22 Giugno 2014
22 Giugno (con esame)

Costo

Contributo ridotto a 700€ per iscrizioni entro il 15 Dicembre 2013.

Iscrizioni entro il 15 Gennaio 2014 contributo pieno di 780€.

Include 4 fine settimana di 13,30 ore di lezione, il tirocinio, materiale di studio, pasti, esame finale e attestato di partecipazione o diploma.

I pagamenti sono in rate:

Iscrizione entro il 15 Dicembre 2013 €200

* Entro il 8 Febbraio 150€

* Entro il 29 Marzo 150€

* Entro il 10 Maggio 200€

Iscrizione entro il 15 Gennaio 2014 €280

* Entro il 8 Febbraio 150€

* Entro il 29 Marzo 150€

* Entro il 10 Maggio 200€