

DIVENTA LEADER DI YOGA DELLA RISATA

Nel momento in cui il Buddha raggiunse l'illuminazione si mise a ridere. Un eremita che passava da quelle parti gli chiese: "Perché ridi?".

"Perché" rispose il Buddha "ho scoperto che ciò che cercavo l'ho sempre avuto con me!".

Regalati o regala un fantastico corso che cambierà la tua vita e quella delle altre persone grazie alla certificazione internazionale per Leader di Yoga della Risata!!!

Impara come trovare la tua risata interiore, anche quando non hai motivo di ridere, e come portarla nella tua vita privata e professionale per crescere e far crescere le persone che porterai a ridere a livello fisico, emozionale e spirituale.

Grazie alla conduzione di esperti insegnanti passeremo ore intensive di teoria ma soprattutto di tanta pratica, facendo un'esperienza unica, che trasformerà in maniera positiva la nostra vita!

Perché RIDERE È UNA COSA SERIA!!!

GLI INSEGNANTI:

- 'Miko' Michele Folco: Professionista disciplinato ai sensi della Legge 4/2013.
Teacher Yoga della Risata & Ambasciatore della Risata nel Mondo. Coach di Gibberish, Nonsense ed Improvvisazione. Insegnante Yoga Bambini e Giochi.
- Angela De Prisco: Teacher Yoga della Risata. Attrice/Comica professionista. Formatrice Animatori.

ORARI DEL CORSO:

- **Sabato 19 giugno** - dalle 09:00 alle 12.30
- **Domenica 20 giugno** - dalle 09:00 alle 12.30
- **Sabato 26 giugno** - dalle 09:00 alle 12.30
- **Domenica 27 giugno** - dalle 09:00 alle 12.30

COSA FAREMO NEL TRAINING:

- Come è nato e si è evoluto lo Yoga della Risata.
- Tecniche per stimolare la risata, sviluppate dal Dr. M. Kataria.
- Come aprire un Club di Risate.

- Applicazioni dello Yoga della Risata: per bambini, anziani, aziende e Coaching one on one (individuale).
- Tecniche di respirazione profonda per l'attivazione del diaframma, respirazione consapevole e Pranayama.
- Rilassamento profondo e Yoga Nidra.
- Grounding Dance e tecniche di radicamento.
- Meditazione della risata: metodo per far fluire la risata senza sforzo, dal nostro profondo.
- Basi scientifiche degli effetti benefici della risata sulla salute a livello fisico, mentale, sociale e spirituale.
- Modalità per coltivare la "risata interiore" anche quando si pensa di non avere motivi per farlo.
- Modalità per coltivare la risata come strumento di sviluppo personale, per rimuovere le inibizioni ed acquisire più fiducia in se stessi, migliorando le relazioni sociali.
- Modalità per integrare lo Yoga della Risata nella attività quotidiane e lavorative.
- Giochi e Bans.
- Gibberish e Non Sense.
- Meditazione Gibberish.

A CHI È RIVOLTO:

- A tutti, per una crescita personale
- Assistenti e operatori sanitari
- Insegnanti ed educatori
- Insegnanti di Yoga
- Operatori olistici, naturopati
- Counselors, psicologi, medici
- Attori, artisti, animatori
- Studenti
- Persone della terza età

CHE COSA RICEVERAI

- Certificato internazionale di Laughter Yoga Leader riconosciuto dalla Laughter Yoga University
- Il Manuale ed ulteriore materiale in formato digitale.

- La possibilità di partecipare gratuitamente ai successivi corsi leader condotti dai docenti.

CARTA DOCENTI

Corso che ha ottenuto il riconoscimento dal MIUR (Rilasciamo Attestato)

Questa offerta formativa è presente sulla piattaforma S.O.F.I.A., dedicata agli insegnanti di ruolo della regione Lazio, e il corso è acquistabile anche con la Carta del Docente.

CREDITI ECP/ECM

Corso riconosciuto da SIAF Italia con possibilità di chiedere il rilascio di crediti ECP ed ECM con rilascio di attestato.

ISCRIZIONI & INFORMAZIONI LEADER TRAINING:

- Miko tel. 338 5962011 – midrako@gmail.com
- Angela tel. 339 2825436 - angela.deprisco@yahoo.it

Grazie per aver letto fino in fondo.