



ISTRUTTORE YOGA IN GRAVIDANZA

WWW.AIOCITALIA.IT



Descrizione

Il corso per Insegnante di Yoga in Gravidanza fornisce una preparazione teorica e pratica per guidare una pratica Yoga adattata alle esigenze della gestante.

Il percorso approfondisce asana, mobilità, postura e utilizzo dei supporti, considerando i cambiamenti corporei nelle diverse fasi della gravidanza. Particolare attenzione è dedicata al lavoro su bacino, schiena, anche e pavimento pelvico, attraverso esercizi gradualmente e adattabili.

La formazione integra Pranayama, respirazione consapevole, rilassamento e meditazione, favorendo ascolto e connessione mente-corpo.

L'allievo acquisisce gli strumenti per strutturare e condurre lezioni di Yoga in Gravidanza adeguate ai diversi trimestri e alle esigenze individuali.



Obiettivi

L'obiettivo del corso è fornire le competenze necessarie per progettare e condurre lezioni di Yoga specificamente adattate alla gravidanza.

L'allievo impara a selezionare e modificare asana, movimenti e intensità in relazione ai diversi trimestri e alle esigenze individuali della gestante.

Il percorso insegna a utilizzare correttamente blocchi, bolster, cuscini, sedie e altri supporti per rendere la pratica confortevole e adattabile.

La formazione integra respirazione, Pranayama, rilassamento e meditazione, considerando anche la dimensione emotiva della futura mamma.

Al termine, l'allievo saprà strutturare e guidare pratiche complete, graduali e personalizzate, accompagnando la donna durante le diverse fasi della gravidanza.



B E N E F I C I C O N C R E T I

Acquisire le competenze per condurre in autonomia lezioni di Yoga in Gravidanza adatte ai diversi trimestri e alle esigenze individuali della gestante.



Caratteristiche

Il corso ha una durata di 250 ore, è interamente online e comprende video-lezioni sempre accessibili e materiale didattico digitale. Al termine sono previste prove d'esame online.

È riconosciuto da IICT a livello internazionale e consente di operare come Operatore Psico-Empatico-Relazionale Animale. In qualità di Provider ECP FENOOOP, il corso rilascia 37,5 crediti formativi.

Le certificazioni ottenute permettono di esercitare legalmente la professione in conformità alla Legge n. 4/2013.

Esame Finale

Elaborato scritto

Redazione di una breve tesina su un caso studio assegnato dal docente, con applicazione pratica dei trattamenti appresi durante il corso.

Test informatizzato a scelta multipla

Consiste in un questionario con domande a risposta multipla, da svolgere sulla nostra piattaforma online e sarà composto da 10 domande per ciascun argomento trattato.

Tirocinio didattico a distanza

Esecuzione di trattamenti pratici su casi reali scelti dallo studente, al fine di applicare le nozioni teoriche e consolidare la pratica professionale per preparare al meglio il discente al mondo del lavoro.

Riconoscimenti

Professione riconosciuta

Nel rispetto della Legge n. 4/2013, il titolo consente l'esercizio legale della professione in ambito olistico a livello nazionale e internazionale.

1

Attestato certificato

Al termine del percorso viene rilasciato un attestato cartaceo riconosciuto da enti certificatori esterni, garanzia di autenticità e affidabilità formativa.

2

Aggiornamento continuo

La certificazione rientra nel principio del Life Long Learning ed è valida ai fini dell'ECP per operatori olistici e professionisti della relazione di aiuto non terapeutica.

3

Attestato

Attesta il raggiungimento delle competenze teoriche e pratiche necessarie per operare in modo professionale nel settore olistico.



AIOC ITALIA

ACCADEMIA ISTRUTTORI E OPERATORI CERTIFICATI

ATTESTA CHE

Nome e Cognome

Ha superato con successo l'esame finale del corso di:

Istruttore Yoga in Gravidanza

VOTAZIONE



AIOC Italia Srls
Via A. Zenorini 6
37133 Verona VR
P.IVA 04783750237
www.aiocitalia.it

Certificato del sistema di gestione per la qualità n° 19250 B-A conforme alla norma UNI ENI ISO 9001:2015 per la progettazione ed erogazione di corsi di formazione professionalizzanti.

Responsabile Didattico _____

Data

ID

Richiedi informazioni

AIOC ITALIA

Contattaci:

+ 39 351 733 3909

Scrivici:

info@aiocitalia.it

Sito:

www.aiocitalia.it

Indirizzo:

Verona