

300 heures Yoga Teacher Training au Maroc

Avec Shaheen Mary

"Métamorphose"

2 Modules:

du 25 Novembre au 11 Décembre 2023

du 15 Juin au 1 Juillet 2024



Module 1

Empowerment

25 Novembre au
11 Décembre 2023

APPROFONDIR

Etude approfondie des 8 étapes du Raja Yoga et de la Bhagavad Gita.

Appliquer un enseignement ancestral dans un monde moderne en maintenant votre authenticité et sans exercer une appropriation culturelle.

Expérimenter l'Ayurveda en profondeur pour accompagner votre sadhana.

ADAPTEZ VOTRE ENSEIGNEMENTS AUX DIFFERENTS BESOINS DE VOS ELEVES

Examinez les différents objectifs et pratiques de votre Sadhana pour raviver votre connexion à votre pratique et à la lignée du yoga.

Pourquoi nous pratiquons et qu'est ce qui est au centre de notre Sadhana.

Expérimentez avec une variété de pratiques pour développer une compréhension expérientielle des effets de chaque pratique.

Développer l'art des ajustements physiques lors de la pratique.

Etudiez l'alignement physique en adéquation avec l'alignement énergétique d'une posture.

Grâce à cette incarnation, vous enracinerez puissamment votre enseignement dans votre propre compréhension et vous permettra de développer votre propre approche pour guider vos élèves.

CREEZ UN FLOW PUISSANT DANS VOTRE ENSEIGNEMENT

Plongez profondément dans les couches de votre pratique personnelle.

Concevez et construisez des séquences stimulantes dans le style Vinyasa avec la signature de Sharleen.

Rythmez habilement et intuitivement votre enseignement en classe pour une expérience maximale.

Créez des transitions gracieuses et sûres pour créer un flow continu dans vos cours.

Développez votre voix d'enseignement authentique et autonome.

Etudiez le lien entre les cellules, le système nerveux, les glandes endocrines et la pratique du Yoga, de la méditation et des Mantras.

Module 2

Inspiration

15 Juin au 1er
Juillet 2024

INSPIREZ ET ELEVEZ VOS ELEVES

Créez des voyages thématiques puissants et inspirants à partir d'un lieu de connexion personnelle et d'intuition. Trouvez une plus grande confiance dans votre propre sagesse intérieure et gagnez en confiance dans votre enseignement.

RAVIVEZ VOTRE PRATIQUE EN INCARNANT SA PUISSANCE

Etudiez en profondeur les Bandhas et les Vayus pour offrir à votre pratique personnel et à vos élèves la puissance holistique de la pratique du Yoga.

Enrichissez et faites progresser votre yoga personnel grâce à des pratiques immersives quotidiennes pointues.

Étudier l'anatomie ne se limite pas à apprendre les muscles et les os; il s'agit de reconnaître notre propre incarnation holistique et multidimensionnelle. Lorsque nous intégrons des connaissances anatomiques de manière expérientielle, nous développons une capacité inspirée et organique à communiquer une nouvelle profondeur de compréhension.

RAVIVEZ VOTRE PRATIQUE EN INCARNANT SA PUISSANCE

Etudiez en profondeur les Bandhas et les Vayus pour offrir à votre pratique personnel et à vos élèves la puissance holistique de la pratique du Yoga.

Enrichissez et faites progresser votre yoga personnel grâce à des pratiques immersives quotidiennes pointues.

Étudier l'anatomie ne se limite pas à apprendre les muscles et les os; il s'agit de reconnaître notre propre incarnation holistique et multidimensionnelle. Lorsque nous intégrons des connaissances anatomiques de manière expérientielle, nous développons une capacité inspirée et organique à communiquer une nouvelle profondeur de compréhension.

présence et gardez de l'espace en tant qu'enseignant.

Sharleen
Marry



Guests:

Maitri

*Philosophie du
Yoga*

Module 1





Guests:

Caroline

Ayurveda

Module 1

Guests:

Ana

*Anatomie
Expérimentale*

Module 2

