



YOGASSE' WORKSHOP

“...FAI DANZARE I TUOI CHAKRA”

DAY ONE

h.10-12

- presentazione Yogassè (la fusione dello Yoga con la danza)
- lezione di Yogassè
- Teoria e pratica degli elementi di barre

h.12-13

- didattica e spiegazione degli elementi di Yoga Dinamico

PAUSA

h.14-17.30

- impostazione delle parte tecnica, con spiegazione delle sette sequenze di base
- Esercitazioni e lavoro di gruppo

DAY 2

h.10-12

- didattica e spiegazioni degli elementi di barre 2.0
- Classe Yogasse' 2.0
- spiegazione delle transizioni per unire gli elementi di barre alle asane dello yoga
- l'evoluzione delle sequenze base

h.12-13

- come impostare la classe yogassè – dal warmup alla routine finale

PAUSA

h.14-17

- la programmazione della classe yogassè
- lavoro di gruppo

CONSEGNA ATTESTATI

Pagamento e Iscrizione:

La quota del workshop è pari a 150 euro - per due giorni

(non è possibile frequentare la giornata singola)

Comprende Formazione, dispensa tecnica, Playlist ufficiale Yogassè, Video didattici , codice sconto per CoreoChannel (www.athlonroma.it/tv/coreo/) , attestato di Partecipazione e Abilitazione all'uso del Marchio.

PER CHI HA PARTECIPATO AI WORKSHOP IN SEDE GPASSE' SCONTO DEL 20% SUL PRIMO WORKSHOP YOGASSE'

Le iscrizioni ai workshop vanno confermate una settimana prima della data dell'evento. (tutte le nostre formazioni sono a numero limitato , fino ad esaurimento posti)

MODALITA' DI ISCRIZIONE E PAGAMENTO: Compilare il modulo sottostante e versare il 50% della quota, secondo le seguenti modalità di pagamento:

☐ **BONIFICO**

INTESTATARIO :

Giulia Pagliaccia GPassè

IBAN: IT12I3608105138279168079179

☐ **Ricarica PostePay**

CODICE FISCALE: PGLGLI89S56G148Q

Num. POSTEPAY 5333171144703242

☐ **PayPal : gpasse01@gmail.com**

MODULO DI ISCRIZIONE DA COMPILARE E INVIARE A gpasse01@gmail.com

Il sottoscritto

Nato a: il:.....

Residente in vianr.

Città: Provincia:.....

Email..... Cellulare.....

CHIEDE DI ESSERE ISCRITTO AL WORKSHOP DI yogassè CHE SI TERRA A _____ IN DATA

.....

VERSANDO IN DATA.....LA QUOTA DI EURO.....

FIRMA

Data

INVIARE RICEVUTA DI PAGAMENTO E MODULO COMPILATO E FIRMATO A GPASSE01@GMAIL.COM

