

SEMINARI DI AGGIORNAMENTO PER INSEGNANTI IN PRESENZA

con GABRIELLA GIUBILARO
(Montauto, Rapolano Terme)

24-25-26 Marzo seminario livello II e alcuni asana livello I (il seminario si terrà al raggiungimento minimo di 10 persone)

21-22-23 Aprile seminario livello III ed alcuni asana livello II e I (il seminario si terrà al raggiungimento minimo di 10 persone)

26-27-28 Maggio seminario livello II e alcuni asana livello I, nello specifico, focus sulla colonna vertebrale e su come prendersene cura (il seminario si terrà al raggiungimento minimo di 10 persone)

→ L'obiettivo di questi seminari intensivi è di completare lo studio degli asana di quel livello specifico e iniziare una preparazione all'esame di quel livello. Particolare attenzione verrà data all'osservazione e agli aiuti.

Tutte le precauzioni riguardo alla diffusione del virus sono state prese. Il cibo verrà servito in vassoi monouso ecologici, i locali in comune e la palestra saranno disinfettati dopo ogni lezione.

INFO:

- **ORARI:** ven 17-19.30; sab 10-12.30 e 15.30-18; dom 9-12.30
- **COSTO:** €280 (di cui €160 per vitto che comprende l'alloggio e tre pasti al giorno non rimborsabili se non consumati, €120 per lo yoga)
- **PRENOTAZIONI:** info@istitutoiyengaryogafirenze.it

LUOGO Azienda Agricola Montauto, Rapolano Terme 53040, SI.
Maggiori informazioni sul sito www.montauto.it, facebook: Centro Montauto

ARRIVO il venerdì dalle ore 15.00 **PARTENZA** domenica dopo pranzo.
Prima lezione il venerdì alle 17.00, ultima lezione domenica alle 9.00

TRASPORTO:

Auto: Per chi prende l'Autostrada del Sole, uscire a Valdichiana, prendere il Raccordo Siena-Bettolle ed uscire a Rigomagno-Arezzo. L'agriturismo si trova a 3 km da Rigomagno in direzione Rapolano Terme. Per informazioni più precise consultare il sito www.montauto.it

Treno: Per chi viene in treno la stazione più vicina è quella di Sinalunga sulla linea ferroviaria Siena-Chiusi. Non ci sono taxi alla stazione, telefonare prima per accordarsi.

PRENOTAZIONE Il numero dei partecipanti è limitato. Le prenotazioni saranno confermate solo dopo il pagamento dell'anticipo di **€ 150**. Per le informazioni su come prenotare e fare il versamento dell'anticipo, contattare info@istitutoiyengaryogafirenze.it

N.B. Il seminario si terrà al raggiungimento di 10 persone.

Effettuare il pagamento dell'anticipo su conto corrente bancario intestato a:
ISTITUTO IYENGAR YOGA FIRENZE

BANCA: Banca Sella

Agenzia VIALE DEI MILLE 7/9, FIRENZE 50131, Italia

Iban: IT79X0326802801052813582410 // SWIFT: SELBIT2BXXX

Specificare bene

- il vostro NOME E COGNOME

- la CAUSALE DEL VERSAMENTO "**SEMINARIO YOGA con data**

scelta". Mandateci via email la ricevuta del pagamento. Il saldo finale potrà essere effettuato al momento del corso.

Politica di cancellazione: per cancellazioni entro un mese dalla data del seminario sarà restituita la somma di 50€, dopo tale data non è previsto alcun rimborso.

Istituto Iyengar Yoga Firenze

Via San Gervasio 18, 50131 Firenze – Italy

Tel. +39 055 582821, cell. +39 391 7434945

Website <https://www.istitutoiyengaryogafirenze.it/>

Facebook Istituto Iyengar Yoga Firenze

Instagram <https://www.instagram.com/istitutoiyengaryogafirenze/>

