

## TEACHER YOGA LEAD TRAINER

BARBARA VENTRELLA

Conduce performance, in cui il corpo e le dinamiche di relazione sono il veicolo per sollecitare sensi e consapevolezza

Pratica Yoga dal 2009

Dal 2013 ad oggi ha Guidato oltre 6000 Classi di Yoga  
Diplomata Istruttore Yoga nel 2014 alla ISYCO con il patrocinio del Dipartimento di Orientalistica dell'Università degli Studi di Torino

Opera la Professione nel rispetto delle basi etiche e giuridiche ai sensi della Legge n.4 del 1470172013.

Certificata nel 2020 Teacher Yoga e Lead Trainer

International Yoga Alliance®

ERYT 350 RCYT YIN 100

Dal 2021 in qualità di Ente Formativo offre la Formazione QUALIFICATA da FAC CERTIFICA, HOME YOGA STUDIO ISTRUTTORI YOGA 250 ore

Dal 2019 Costellatrice Originale Hellinger®

Dal 2021 Professionista Certificata Costellatrice metodo Hellinger FAC CERTIFICA, Consulenza e Formazione individuale e di gruppo, Innovazione e Sviluppo Relazioni Interpersonali, Famiglia, Coppia, Genitorialità, Organizzazioni, Azienda, Risorse Umane

Dal 2019/20 Assessore al Comune di Settimo torinese con deleghe: Cultura, Pari Opportunità, Violenza sulle Donne e Minori, Affidi Familiari, Genitorialità, Politiche Giovanili, Diritti LGBTQ, Diritti degli Animali



## HOME YOGA STUDIO



Il metodo HOME YOGA STUDIO ti preparerà ad insegnare attraverso un preciso dialogo una sequenze di Hatha Yoga, Hot Yoga, Vinyasa Yoga, Yin Yoga, Yoga Nidra, basate su posizioni classiche. Il corso è aperto a coloro che hanno un anno di esperienza della pratica dello Yoga

L'iscrizione verrà accettata solo dopo un colloquio con la Responsabile della Formazione

La nostra Formazione HOME YOGA 250 ore, qualificata FAC CERTIFICA vuole offrire una conoscenza di un metodo di insegnamento Yoga semplice ma allo stesso tempo completo della sua filosofia, affinché l'aspirante istruttore possa fare diventare sempre più sua, la pratica, e possa trasmettere ad altri la profonda bellezza dello Yoga che ci pacifica con noi stessi

Allo studente sarà data la possibilità di fare tirocinio conducendo classi di Yoga all'interno della sede di Settimo torinese HOME YOGA STUDIO con la Supervisione di Barbara Ventrella. Con l'Attestato di ISTRUTTORE YOGA HOME YOGA STUDIO si potrà promuovere la Professione ai sensi della Legge n.4 del 1470172013. Barbara Ventrella condurrà l'intera formazione che sarà costituita da 11 Weekend di Training Yoga dalle ore 8.00 alle ore 18.00.

ENTE FORMATIVO  
HOME YOGA STUDIO

VIA LUDOVICO ARIOSTO 13/d SETTIMO TORINESE 10036 [info@homeyogastudio.it](mailto:info@homeyogastudio.it)  
[www.homeyogastudio.it](http://www.homeyogastudio.it) C.F. VNTBBR72M47L219V P.Iva 12136060014 Cell. +39 3928717747

## TRAINING YOGA

Y O G A



S T U D I O

La figura professionale ISTRUTTORE YOGA in relazione alle sue tradizioni culturali, alle caratteristiche della professione e in funzione delle sue peculiari finalità, opera per l'armonizzazione delle facoltà corporee, emozionali, relazionali, etiche, mentali e spirituali dell'essere umano. Requisiti declinati, a partire dai compiti e attività specifiche identificati, in termini di conoscenza, abilità e competenze in conformità alla CERTIFICAZIONE FAC CERTIFICA. Attività professionali non regolamentate. Professionisti ai sensi della Legge n. 4/2013



## TERMINI E CONDIZIONI

Training Yoga HOME YOGA STUDIO Responsabile  
Formativo Barbara Ventrella

Il contributo per la formazione corrisponde a 3000€

Le iscrizioni sono aperte.

L'anticipo di 250€ dovrà essere versato al momento dell'iscrizione.

Il resto suddiviso in 11 rate da 250€ versate entro il venerdì del weekend data corso.

I versamenti verranno effettuati con bonifico bancario.

I posti sono limitati. L'iscrizione verrà considerata valida al momento del versamento dell'acconto.

### RIMBORSI E CANCELLAZIONI

Cancellazione del corso da parte dello studente

Gli importi versati a titolo di acconto non verranno rimborsati,

e HOME YOGA STUDIO potrà offrire il corso ad un altro studente.

Se lo studente, per scelta volontaria, decide di lasciare il corso prima del suo termine, non verrà eseguito alcun rimborso.

In caso di infortunio, HOME YOGA STUDIO supporterà lo studente nella maniera migliore per consentirgli di portare a termine il corso. E' possibile seguire le sessioni adottando aggiustamenti o solo guardare le lezioni. Laddove non fosse possibile continuare il corso, dopo un attento consulto medico, sarà possibile seguire i moduli mancanti durante il corso successivo ma non sarà possibile effettuare un rimborso totale o parziale.

E' obbligatorio partecipare a tutti i moduli del corso. E' concesso di perdere solo un fine settimana durante tutto il programma (intero o suddiviso in mezza giornate o con il conteggio delle singole ore). Eventuali ore successivamente perse, possono essere recuperate con l'assistente Lead Trainir, al costo di euro 50 € all'ora.

Cancellazione del corso da parte di HOME YOGA STUDIO

Nell'evenienza di cause di forza maggiore, HOME YOGA STUDIO si riserva il diritto di cancellare il corso in qualsiasi momento. Se il corso è annullato prima dell'inizio, il percorso di formazione verrà riprogrammato. Nel caso in cui gli studenti non fossero in grado di partecipare al nuovo corso, verrà effettuato il rimborso integrale della quota versata.

**MATERIALE DIDATTICO.** Una volta effettuata l'iscrizione, lo studente riceverà una lista di libri da acquistare, il materiale didattico non è incluso nella tariffa del corso, salvo il manuale HOME YOGA STUDIO.

**ESAMI** A conclusione del corso è necessario sottoporsi alla prova scritta e pratica, e accettare la valutazione del risultato delle stesse che sarà effettuata dal commissario d'esame Barbara Ventrella senza riserva alcuna e senza possibilità di sollevare contestazioni e/o eccezioni di sorta in merito al predetto risultato.

### MODULI DI CORSO PERSI

E' consentito agli studenti di perdere un solo week-end di corso.

**PRIVACY** Immagini e materiale fotografico

HOME YOGA STUDIO ha il diritto di fotografare e filmare parti del corso e di usare le immagini sul sito e nei propri materiali a scopo promozionale.

**QUESTE CONDIZIONI SI APPLICANO A TUTTI I CORSI DI FORMAZIONE ORGANIZZATI DA HOME YOGA STUDIO**

Voglio saperne di più ma non sono ancora pronto per iscrivermi

Contatto Barbara Ventrella

+39 3928717747 [info@homeyogastudio.it](mailto:info@homeyogastudio.it)

Sarò lieta di approfondire con te qualsiasi dubbio tu possa avere.

# YOGA

Il cammino dello yoga è lungo, ogni palmo di terreno dev'essere conquistato vincendo una grande resistenza e le qualità più necessarie al sadhaka sono una pazienza e una perseveranza invariabili e un'incrollabile fede malgrado tutte le difficoltà, tutti i ritardi e gli apparenti insuccessi.

(Sri Aurobindo)



## MODULO 1 € 250

Le basi della meditazione

La tensione nel nostro corpo

## MODULO 2 € 250

Purusa Prakrty e i tre Guna

Il Samkya Daršana e i sei sistemi filosofici Indiani

## MODULO 3 € 250

Kosha

Pranayama Bandha e Mudra

## MODULO 4 € 250

Hatha Yoga

Asana Nomi e Pronuncia Sanscrito

## MODULO 5 € 250

Asana come Archetipo

Chakra e la fisiologia sottile

## MODULO 6 € 250

Yoga Sutra

8 Passi Yama e Nyama l'etica di Patanjali

## MODULO 7 € 250

Confine tra Yoga mentale e Yoga fisico

Tantra Yoga

## MODULO 8 € 250

Yoga Nidra

Dharana

## MODULO 9 € 250

Mantra Yoga

Dhyana

## MODULO 10 € 250

Guida alla meditazione

Samadhi

## MODULO 11 € 250

Anatomia e Yoga

Hatha Yoga sequenza e dialogo

Hot Yoga sequenza e dialogo

Vinyasa Yoga sequenza e dialogo

Yin Yoga Meridiani sequenze e dialogo

