

Йога флай !!!



Київ, Україна

Интенсивный сертификационный обучающий курс по йога флай. Уровень сложности: базовый, 1-й, 2-й и продвинутой. Сертификат международного образца первой школы инструкторов Йога флай (Бангкок).

Программа семинара рассчитана на 2 дня:

- 1-й день. Базовый и 1-й уровень сложности.

Теория. Основные асаны и виды заплетения в гамаке. Грамотное построение комплекса по принципу компенсация-декомпенсация. Подготовка занимающихся к акробатике. Основные элементы воздушной акробатики. Подготовка к растяжке и глубокое растягивание с помощью гамака. Терапия опорно-двигательного аппарата.

- 2 день. 2-й и продвинутой уровень сложности.

Использование элементов классической хореографии, пилатеса и программ "разумное тело" в построении комплекса. Силовой и функциональный тренинг. Использование низкого гамака. Балансы на руках (бакасана, каундиниасана, галавасана, маюрасана и т.п.) в низком гамаке. Акробатика и виды заплетения в йога-гамаке продвинутого уровня. Акробатические элементы в связке. Кувырки и "срывы". Экзамен. Выдача сертификата.

Дата начала и продолжительность:

Рассчитан на новичков и действующих инструкторов. Приблизительные даты проведения 6-7 июня (возможны изменения по желанию участников). Количество академических часов: 2 часа — теория, 6 часов — практика

Место проведения: Украина, Киев

Стоимость тренинга:

Стоимость курса 5000 грн. При успешном прохождении курса и сдачи экзамена, возможно получение сертификата международного образца, который на данный момент стоит дополнительно 35\$.

Можно получить сертификат от студии флай-йоги "Sky" без дополнительной оплаты. Сертификат международного образца получается не сразу, а в течении двух недель после прохождения семинара. Отсылаются фамилии и имена в организацию, а потом отправляются вам по почте.

Дополнительная информация 0502964192

Price: **5 000 грн.**

Тип оголошення:
Послуги, пропонуую

Торг: доречний