

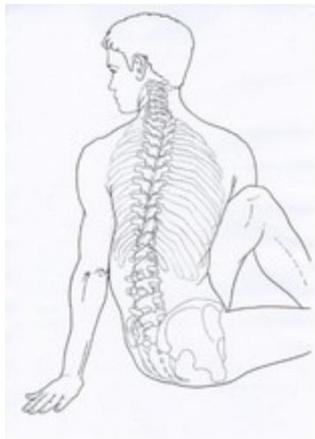
# Stage Anatomia per lo Yoga

## Mobilità della Colonna Vertebrale e Yoga

Lo stage è rivolto a **tutti** coloro che praticano o insegnano yoga.

Nello yoga, la **mobilità della colonna** svolge un ruolo fondamentale, in questo stage, praticando le posizioni principali, si attiverà la colonna vertebrale in flessione, estensione, rotazione e inclinazione laterale.

**Obiettivo dello stage** è di approfondire la conoscenza strutturale della colonna vertebrale, delle vertebre e delle articolazioni intervertebrali e il modo di proteggerle nelle posizioni.



Lo stage è impostato come un **laboratorio didattico** in cui pratica e analisi delle posizioni si alterneranno a focus anatomici riferiti ad un contesto di yoga, facendo uso dei seguenti **strumenti didattici**:

- Modello anatomico di tronco, colonna vertebrale e vertebre
- Applicazione di legamenti e muscoli sul manichino
- Atlante anatomico e poster illustrativi
- Colorazione selettiva dei disegni anatomici
- Cartellina individuale contenente il programma dello stage, il testo sul disco vertebrale, le tavole e i disegni da completare su muscoli e colonna vertebrale.

Al termine dei due incontri (per un totale di 18 ore) verrà rilasciato un attestato di partecipazione della scuola di Blandine Calais Germain di Parigi.

# Stage Anatomia per lo Yoga

Mobilità della Colonna Vertebrale e Yoga

## INFO PRATICHE E SCHEDA D'ISCRIZIONE

**Date:** 1-3 dicembre 2017

**Orari:** venerdì 14:30-18:30; sabato 10-18:30; domenica 9-16:30

**Dove:** Roma, LO STUDIOLO di SPAZIOCORPO, via E. Stevenson 24

**Costo:** euro 260. Oppure 250 euro per i pagamenti entro il 3 novembre.

**Iscrizione:** Inviare a [corsi@spaziocorpo.it](mailto:corsi@spaziocorpo.it) la scheda d'iscrizione compilata in tutte le sue parti unitamente alla ricevuta di pagamento dell'acconto di euro 100.

**Effettuare il pagamento sul C/C n°:**

IT43H0311103211000000002107

Intestato a AEQUORA SRLS - Via Lovanio 1 - 00198 Roma.

**Causale Anatomia per lo Yoga. Colonna.**

E' possibile versare unitamente all'acconto l'intero importo del seminario oppure effettuare il saldo al momento dell'incontro in contanti o con assegno.

LA PRENOTAZIONE AL CORSO NON SEGUITA DAL PAGAMENTO DELLA QUOTA D'ISCRIZIONE E DALL'INOLTRO DELLA RICEVUTA VIA E-MAIL E' DA RITENERSI NULLA. SI RACCOMANDA DI FORMALIZZARE L'ISCRIZIONE IN TEMPI BREVI, I POSTI SONO LIMITATI.

**Info:** [corsi@spaziocorpo.it](mailto:corsi@spaziocorpo.it); 3407772363

## Scheda d'iscrizione ANATOMIA PER LO YOGA. COLONNA

Nome .....Cognome.....

Indirizzo.....Cap .....

Comune.....Provincia .....

Codice fiscale o Data e città di nascita.....

Telefono.....

E-mail.....

DATI FATTURAZIONE (compilare se differenti)

Intestazione.....

Indirizzo.....Città.....

C.F.....

P.IVA.....

Data ..... firma.....

### CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI DATI PERSONALI

Ai sensi dell'art. 13 del Decreto Legislativo del 30 giugno 2003, n° 196, il/la sottoscritto/a acconsente al trattamento dei propri dati personali, svolto in conformità alle norme legislative e regolamenti vigenti. Dichiaro altresì di essere a conoscenza del fatto di poter esercitare i diritti previsti all'art. 7 del succitato Decreto, tra i quali quello di ottenere conferma dell'esistenza o meno di dati personali che lo/la riguardano, l'aggiornamento, la rettifica o l'integrazione dei dati presenti nonché la cancellazione mediante comunicazione scritta da inoltrarsi presso la società Aequora Srls, Via Lovanio 1, Roma, nella persona del suo legale rappresentante pro-tempore, in qualità di Titolare del trattamento dati personali ai sensi e per effetti della vigente normativa in materia.

Roma .....

firma.....