

JOOGIN TIE

Iyengarjoogan syventävä kurssikokonaisuus



Joogin tie, eli sadhana (sanskriittia), tarkoittaa polkua, joka vie syvemmälle joogaan, oivallukseen itsen ja maailmankaikkeuden ykseydestä. Joogin tie on systemaattinen ja jäsennelty oppikokonaisuus Iyengarjoogan edistyneille oppilaille ja mentorin valmennuksessa Iyengarjoogan opettajaksi opiskeleville.

Kurssikokonaisuus perustuu Iyengarjoogan tason 1 opettajakoulutusvaatimukseen. Se pitää sisällään moduleita asanatyöskentelystä, pranayamasta, anatomiasta ja joogafilosofiasta.

- Ensimmäinen vuosi painottuu asanoiden oppimiseen ja mukana myös anatomian opetusta.
- Toisena vuotena tulee mukaan lisää asanan ja pranayaman oppia, anatomiaa ja joogafilosofiaa.
- Kolmantena vuotena opetellaan lisäksi Iyengarjoogan tason 1 asanan ja pranayaman opettamista ja pedagogiikkaa.

Kurssit ovat mielekkäintä suorittaa järjestyksessä alusta loppuun, koska tieto rakentuu aiemmin opitun päälle. Mutta myös yksittäisille kerroille voi osallistua.

Iyengarjoogan opettajaksi opiskelevien tulee olla mentorintisuhteessa omaan opettajaan. Kurssikokonaisuus on suunniteltu mentorointia täydentäväksi ja tukevaksi.



Ensimmäisen vuoden kurssit

1. 14-16.6.2024
2. 16-20.8.2024
3. 4-6.10.2024
4. 27-30.12.2024
5. 21-23.2.2025
6. 18-21.4.2025
7. 23-25.5.2025
8. 1-4.8.2025



Opettajina

Liina Puustinen

www.yogamundi.de

Anneli Rautiainen

www.studioyama.fi

sekä muita vierailevia
opettajia



Hinta: ensimmäisen vuoden kurssikokonaisuus 145 tuntia 1950 €. Yksittäisten kurssien hinta: 225 € - 375 € (kysy lisää).

Kurssipaikka: Aleksanterin Teatteri, Bulevardi 27 Helsinki

Ilmoittautumiset:

joogintie@studioyama.fi

Anneli R. 050 5490770

Liina P. 050 4029337