

PER QUESTO EVENTO PUOI RICEVERE LO **SCONTO**
DEL VALORE DI **€100** PRENOTANDO IN ANTICIPO



18 - 28 AGOSTO
2025



CALI, SANTA MARTA,
TAYRONA - COLOMBIA

YOGA THERAPY

TRAINING YOGA IN COLOMBIA

CON ISVARA STUDIO

100HRS RYT





Benvenuti allo Yogendra Ecoashram! Yoga Retreat di 11 giorni con escursioni

Vieni a vivere un'esperienza di arricchimento profondo presso il nostro Eco-Ashram, situato tra le maestose montagne di Cali, in Colombia, un'auto-trasformazione che approfondirà la tua comprensione di te stesso attraverso la vita quotidiana e la pratica yogica. Parte della tour si svolgerà anche nei suggestivi paesaggi di Santa Marta, nel Parco Nazionale di Tayrona e nelle spiagge caraibiche da sogno.

Unisciti a noi in uno dei pochi Yoga Ashram che preserva le tradizioni vediche e la trasmissione diretta tra insegnante e studente. Ispirato all'India mistica, l'Ashram offre programmi quotidiani di Kirtan (Meditazione Musicale con Mantra) e Filosofia Vedica insegnati dal nostro Maestro che studia e pratica da oltre 30 anni.





Tayrona National Park – Santa Marta

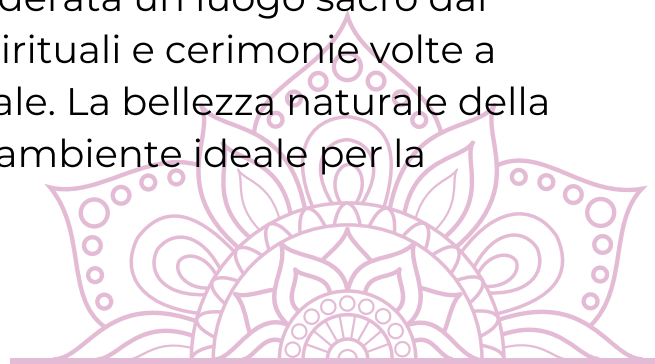
Il Parco Nazionale Naturale Tayrona, situato sulla costa caraibica della Colombia, è un paradiso di biodiversità e bellezza naturale.

Una delle caratteristiche più straordinarie del parco è la sua capacità di fondere giungla e mare, creando paesaggi spettacolari in cui è possibile camminare lungo sentieri rigogliosi e, in pochi minuti, raggiungere splendide spiagge.

Tayrona ha un grande significato culturale, essendo la casa di comunità indigene come i Kogui, che considerano la Sierra Nevada de Santa Marta, dove si trova il parco, un luogo sacro.

Esplorare Tayrona è un'esperienza immersiva che connette i visitatori con la natura nella sua forma più pura.

Anche a Santa Marta, la spiritualità è profondamente legata alla natura e alle tradizioni locali. La Sierra Nevada, considerata un luogo sacro dai popoli indigeni, è un centro per pratiche spirituali e cerimonie volte a mantenere l'armonia con l'ambiente naturale. La bellezza naturale della regione e l'atmosfera tranquilla offrono un ambiente ideale per la meditazione e la crescita spirituale.



Informazioni Generali

DURATA DELL'EVENTO

Ritiro yoga di 11 giorni con escursioni incluse

REQUISITI PRELIMINARI

Non è richiesta alcuna conoscenza precedente o un livello specifico di pratica fisica per partecipare al corso.

LOCALITA'

Yogendra Ashram, Via Cristo Rey, a 25 minuti da Cali.
Santa Marta e Parco Nazionale Tayrona.

RACCOMANDAZIONI

Durante il corso e all'interno dell'Ashram, raccomandiamo di seguire una dieta vegetariana, evitando alcool e fumo.



Il Tuo Corso

FORMAZIONE INSEGNANTI
SPECIALIZZAZIONE IN
YOGA THERAPY



Questo corso ti fornirà gli strumenti terapeutici di diversi stili e sequenze di Yoga per aiutarti a raggiungere un equilibrio tra corpo, mente e spirito, vivendo senza dolore.

Yoga per adulti anziani, Yin Yoga, Yoga Rigenerativo, Yoga per la gravidanza, sequenze per dolori alla schiena, sciatica, spalle e molto altro!

Nutrizione, detox, meditazione, pranayama, terapia dei chakra e guarigione energetica sono anch'essi argomenti di studio.

Verranno approfondite le sequenze di Marma Point per alleviare il dolore e l'applicazione del kinesiology tape.

UN CORSO COMPLETO CHE TI DARÀ LA CAPACITÀ DI CREARE
UN PIANO TERAPEUTICO
PERSONALIZZATO PER I TUOI CLIENTI!





Benefici Terapeutici dello Yoga

L'antica scienza dello Yoga si concentra sulla salute e il benessere globale dell'individuo, includendo gli aspetti fisici, psicologici e spirituali. È un percorso di guarigione e trasformazione che equilibra corpo e mente, promuovendo felicità, pace interiore e consapevolezza nella vita quotidiana.

La salute è una combinazione di corpo e mente, con la salute emotiva che influenza quella fisica. Le sessioni di Yoga aumentano la consapevolezza del corpo e della mente, aiutando a gestire emozioni e schemi di pensiero.

Queste sessioni aiuteranno le persone a migliorare la propria salute utilizzando i principi dello Yoga attraverso Asana (posture), Pranayama (esercizi di respirazione), Rilassamento, Mantra, Meditazione, Massaggi, Diete e indicazioni sull'arte di vivere.

Ad esempio, il mal di schiena causato da una postura scorretta e dallo stress può essere trattato con tecniche di respirazione, rilassamento e meditazione per calmare la mente e ridurre lo stress, insieme a posture, kinesiology tape e massaggi per alleviare il dolore fisico.

Sessioni di Yoga Olistico

Le sessioni di Yoga Olistico sono state utilizzate con grande successo per aiutare a controllare o trattare molte patologie, come stress, insonnia, ansia, depressione, emicranie, mal di schiena, diabete, ipertensione, malattie cardiache, problemi digestivi, sindrome da affaticamento cronico, fibromialgia, artrite, ecc. Inoltre, promuovono cambiamenti specifici nei muscoli, nelle articolazioni e negli organi.

Le ricerche mediche forniscono prove crescenti sull'efficacia di una pratica olistica dello Yoga. Può essere utilizzata in combinazione con i trattamenti medici in corso e con altre terapie complementari. La terapia è sicura, senza effetti collaterali o controindicazioni.

Un terapista yoga esperto, può aiutarti a creare una terapia specifica e fornire raccomandazioni adatte alle tue esigenze. La costanza nella pratica contribuirà a migliorare il tuo stato di salute il più rapidamente possibile.



Cosa imparerai

- Comprendere le lesioni più comuni, le controindicazioni e come trattarle con il massaggio thailandese e le posture yoga.
- Studiare in profondità l'anatomia yogica: funzione di muscoli, tendini e legamenti, oltre agli aspetti fisici delle lesioni più comuni.
- Canto (Bhakti Yoga).
- Come applicare il kinesiology tape (k-tape) sulle lesioni per alleviare il dolore.
- Modulo di Yin Yoga ed esperienza pratica.
- Partecipare e imparare a guidare processi di pulizia e disintossicazione con Yoga Rigenerativo.
- Terapia dei punti Marma per alleviare il dolore.
- Sequenze di Restorative Yoga e raccomandazioni quotidiane per depressione e ansia.
- Raccomandazioni terapeutiche per l'armonizzazione dei chakra.
- Come guidare e recitare meditazioni, mantra e tecniche di respirazione yoga nella vita quotidiana.
- Pranayama (esercizi di respirazione) per squilibri specifici.
- Lezioni quotidiane di filosofia, incentrate sul raggiungimento dell'allineamento spirituale e della crescita personale.
- Studio della nutrizione ayurvedica, ricette e succhi.
- Comprendere olisticamente un cliente e progettare un piano completo di Yoga Terapia.
- Lezioni giornaliere dedicate ai principi di allineamento e alla guarigione dal dolore.
- Come supportare gli studenti ispirandoli attraverso lo yoga nella loro vita quotidiana.
- I 4 Principi della Yoga Terapia: metodologia per i terapeuti.



Cosa è Incluso

- Investimento: 2475€/adulto, con possibilità di pagamento rateale con rate a partire da 295€ senza interessi.
- SCONTO 100€ per le prime iscrizioni.
- Cosa Comprende: 100 ore di pratiche Yoga, Diploma Specializzazione in Yoga Terapia riconosciuto Yoga Alliance, tutti i pasti, alloggi e costi per le escursioni e tutti gli spostamenti tra cui un volo aereo interno. Ed un servizio di assistenza durante tutto il tempo con supporto 24 ore su 24 per la guida all'acquisto del biglietto, per ricevere tutte le informazioni necessarie per il viaggio.

Cosa non include

- Volo internazionale (Italia/Colombia).



Escursioni

18-24 Agosto

Gite a Cali

- Visita al Parco Nazionale di Cali Pance (splendido fiume tropicale vergine e percorsi escursionistici).
- Tour culturale e gastronomico della città: cibi locali, mercati famosi (degustazione di frutta tropicale), mercato artigianale.
- Lezione di Salsa in stile Cali.
- Escursione meditativa fino al punto panoramico della città, "La Virgen".

25-28 Agosto

Tour di Santa Marta e Parco Nazionale Tayrona

- Visita al Parco Nazionale Tayrona e alle sue spiagge.
- Tour di Santa Marta
- Visita al villaggio degli indigeni locali, "Los Koguis".





Istruttori Internazionali

**SYAM VALLABHI
DEVI DAS (USA)**

Syam Vallabhi Devi Dasi, conosciuta anche come Samantha Miller, è una terapeuta di Ayurveda e Yoga. Il suo viaggio nelle arti della guarigione è iniziato nel 2001 e da allora si è dedicata a padroneggiare e insegnare questa antica pratica.

L'esperienza di Syam Vallabhi nelle terapie di guarigione si basa su una formazione approfondita in India, Thailandia, Laos e altre regioni note per le loro pratiche tradizionali di guarigione.

Ha ottenuto la certificazione in Ayurveda in India nel 2008 e ha proseguito i suoi studi con rinomati maestri ayurvedici negli Stati Uniti, tra cui Divya Altar. Il suo profondo impegno per la salute olistica è evidente nel suo continuo apprendimento e nelle certificazioni avanzate in Ayurveda e Panchakarma, sotto la guida del Dr. Vinod in India.

Il percorso di yoga di Syam Vallabhi è stato altrettanto profondo, con una padronanza in Anusara Yoga, Yoga Terapia, Yin Yoga, Yoga Rigenerativo e Hatha Vinyasa Yoga. È una pioniera dell'AcroYoga in Sud America e Asia, avendo introdotto e sviluppato questa pratica dal 2008. Nel 2013, ha fondato il programma di studi avanzati BYS 500 ore, consolidando ulteriormente la sua influenza nella comunità dello yoga.

Il suo approccio completo al benessere include certificazioni in Reiki, Breema, Terapia Craniosacrale, Anatomia dello Yoga, Massaggio

Ayurvedico e Terapia dei Punti Marma. Come astrologa vedica e lettrice certificata del profilo Human Design, Syam Vallabhi offre una prospettiva olistica sulla salute e il benessere.

Iniziata alla tradizione del Bhakti Yoga da Srila Bhakti Kavi Atulananda Acharya Maharaj e Chaitanya Nitai Das, Syam Vallabhi integra la saggezza spirituale nei suoi insegnamenti e nelle sue terapie.



Istruttori Internazionali

CHAITANYA NITAI DAS (PERÚ ■ ■)

Yoga Teacher Internazionale ed Astrologo Vedico

Direttore e Fondatore della Bhakti Yoga School, con Ashram a Cusco e Cali, Colombia, Chaitanya pratica yoga fin da giovane e ha vissuto in ashram e monasteri in Sud America, Stati Uniti e India.

Pratica e insegna Bhakti Yoga e meditazione con mantra da oltre 35 anni ed è stato iniziato alle tradizioni della cultura vedica indiana dal suo maestro Bhakti Kavi Atulananda Acharya Maharaj.

Chaitanya ha formato insegnanti di yoga per oltre 20 anni, con più di 1.500 studenti diplomati. Continua a viaggiare e insegnare nelle scuole di yoga dei suoi studenti in Italia, Spagna, Cile, Bolivia, Ecuador, Stati Uniti e India.



Yogendra
—Yoga ashram—

“RICORDA CHE IL PIÙ ALTO
SCOPO DELLA VITA È L'AMORE”