



ALIO CONSULTING
SPÓŁKA Z
OGRA NICZONĄ
ODPOWIEDZIALNOŚ
CIĄ

★★★★★ 4,6 / 5
439 ocen

Zaawansowany Kurs Nauczycielski Jogi Funkcjonalnej - usługa szkoleniowa

Numer usługi 2026/10/18/166223/3887397

- 📍 Poznań
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📅 mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
- 👤 Zajęcia indywidualne
- 🕒 85:00 h
- 📅 04.12.2026 do 31.05.2027

12 300,00 PLN brutto
10 000,00 PLN netto
144,71 PLN brutto/h
117,65 PLN netto/h
264,37 PLN cena rynkowa ⓘ

Informacje podstawowe

Kategoria

Styl życia / Sport

Grupa docelowa usługi

Usługa skierowana jest do osoby dorosłej, która posiada ukończone szkolenie nauczycielskie **minimum na poziomie 200 RYT** i chce rozwijać swoje kompetencje zawodowe w zakresie świadomego, bezpiecznego i indywidualnie dopasowanego nauczania jogi.

Kurs przeznaczony jest w szczególności dla:

- nauczycieli jogi posiadających minimum 200 RYT,
- osób regularnie prowadzących zajęcia jogi,
- nauczycieli chcących pogłębić wiedzę z zakresu anatomii funkcjonalnej i biomechaniki,
- osób chcących doskonalić umiejętność obserwacji i korekty uczestników,
- nauczycieli zainteresowanych zaawansowanym sekwencjonowaniem,
- osób chcących rozwijać warsztat pracy z oddechem, układem nerwowym i regulacją pobudzenia,
- nauczycieli pracujących z grupami o różnym poziomie sprawności i różnych potrzebach ruchowych.

Warunkiem uczestnictwa jest posiadanie ukończonego kursu nauczycielskiego jogi na poziomie minimum 200 RYT.

Minimalna liczba uczestników

1

Maksymalna liczba uczestników

1

Data zakończenia rekrutacji

03-12-2026

Forma prowadzenia usługi	mieszana (stacjonarna połączona z usługą zdalną w czasie rzeczywistym)
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Po ukończeniu usługi uczestnik będzie samodzielnie analizował wzorce ruchowe i ustawienie ciała w asanach, dobierał odpowiednie warianty, progresje i regresje pozycji, projektował spójne sekwencje oraz stosował zasady bezpiecznej i świadomej, zaawansowanej pracy z ciałem. Będzie samodzielnie wykorzystywał techniki pracy z oddechem, koncentracją i regulacją pobudzenia, dobierał sposób komunikacji i korekty do sytuacji oraz prowadził zajęcia z uwzględnieniem różnorodności poziomu sprawności.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Analizuje wzorce ruchowe i ustawienie ciała w wybranych asanach	wskazuje podstawowe zależności biomechaniczne w wybranych pozycjach, rozpoznaje typowe kompensacje, wskazuje możliwe przyczyny ograniczenia ruchu, proponuje odpowiednią modyfikację pozycji	Wywiad ustrukturyzowany
Dobiera progresje, regresje i warianty asan do indywidualnych możliwości uczestnika	dobiera minimum dwa warianty wybranej asany, uzasadnia dobór wariantu, uwzględnia ograniczenia ruchowe i bezpieczeństwo, potrafi dostosować ćwiczenie do poziomu grupy	Obserwacja w warunkach symulowanych
Tworzy zaawansowane sekwencje jogi zgodne z celem praktyki	określa cel sekwencji, dobiera odpowiednie grupy asan, zachowuje logiczną progresję, uwzględnia przygotowanie, część główną i wyciszenie, uzasadnia kolejność ćwiczeń	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zaawansowane techniki komunikacji nauczycielskiej	formułuje jasne instrukcje słowne, wykorzystuje język wspierający świadomość ciała, dostosowuje komunikat do poziomu uczestnika, przekazuje konstruktywną informację zwrotną	Obserwacja w warunkach symulowanych

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Stosuje techniki oddechowe i praktyki wspierające regulację układu nerwowego	dobiera technikę oddechową do celu praktyki, prowadzi krótkie ćwiczenie oddechowe, rozpoznaje podstawowe reakcje uczestnika, dobiera intensywność praktyki do sytuacji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Dostosowuje praktykę jogi do różnych potrzeb i możliwości uczestników	rozpoznaje ograniczenia ruchowe, dobiera odpowiednie modyfikacje, uwzględnia bezpieczeństwo, potrafi zaproponować alternatywę dla wybranej pozycji	Obserwacja w warunkach symulowanych
Prowadzi fragment zaawansowanych zajęć jogi w sposób bezpieczny i uporządkowany	przygotowuje przestrzeń, prowadzi uczestników zgodnie z przygotowanym planem, stosuje odpowiednie instrukcje, reaguje na potrzeby grupy, zachowuje zasady bezpieczeństwa	Obserwacja w warunkach symulowanych
Wykorzystuje informację zwrotną do doskonalenia własnego warsztatu nauczycielskiego	analizuje otrzymany feedback, wskazuje obszary wymagające poprawy, określa konkretne działania rozwojowe, przygotowuje plan dalszego rozwoju	Wywiad ustrukturyzowany

Kwalifikacje i kompetencje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyraźnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Program zaprojektowano jako **6 modułów zaawansowanych + moduł orientacyjny + walidacja**.

MODUŁ 0. Diagnoza poziomu i indywidualnych celów rozwoju

- poznanie doświadczenia uczestników,
- analiza dotychczasowej praktyki nauczycielskiej,
- określenie indywidualnych celów rozwojowych,
- omówienie programu i zasad pracy,
- omówienie procesu walidacji,
- autodiagnoza kompetencji nauczycielskich.

MODUŁ 1. Anatomia funkcjonalna i biomechanika dla zaawansowanego nauczyciela

Zakres:

- funkcjonalna analiza ruchu,
- praca stawów i zakresy ruchu,
- stabilność i mobilność,
- rola centrum ciała,
- praca obręczy barkowej,
- biodra i miednica,
- kręgosłup,
- obciążenia występujące w praktyce jogi,
- kompensacje ruchowe,
- indywidualne różnice anatomiczne,
- obserwacja ciała w ruchu,
- analiza wybranych asan,
- bezpieczeństwo i przeciwwskazania,
- modyfikacje praktyki.

Praktyka:

- analiza własnego ciała,
- praca w parach,
- obserwacja ruchu,
- analiza przypadków,
- dobór modyfikacji.

MODUŁ 2. Sztuka korekty – obserwacja, dotyk i komunikacja

Zakres:

- obserwacja uczestnika,
- rozpoznawanie kompensacji,
- korekta werbalna,
- korekta manualna – zasady i bezpieczeństwo,
- kiedy nie korygować,
- granice nauczyciela i uczestnika,
- komunikacja wspierająca,
- dobór korekty do konkretnej osoby,
- feedback bez oceniania,
- praca z uczestnikiem, który nie reaguje na instrukcję,
- analiza błędów nauczyciela.

Praktyka:

- ćwiczenia korekt,
- praca w parach,
- symulacje,
- analiza nagrań/fragmentów zajęć,
- informacja zwrotna.

MODUŁ 3. Zaawansowane sekwencjonowanie i projektowanie praktyki

Zakres:

- zasady budowania zaawansowanej sekwencji,
- sekwencjonowanie funkcjonalne,
- sekwencje ukierunkowane na określony cel,
- przygotowanie do pozycji szczytowej,
- progresja i regresja,
- balansowanie intensywności,
- przejścia między asanami,
- praca z tempem,
- struktura początku i zakończenia praktyki,
- sekwencjonowanie dla różnych poziomów,
- tworzenie sekwencji tematycznych.

Uczestnik przygotowuje własną sekwencję i prowadzi jej fragment.

MODUŁ 4. Oddech, układ nerwowy i regulacja pobudzenia

Zakres:

- oddech w praktyce jogi,
- zależność pomiędzy oddechem, napięciem i pobudzeniem,
- podstawowe mechanizmy regulacji układu nerwowego,
- techniki oddechowe,
- pranajama w praktyce nauczyciela,
- koncentracja i praca z uwagą,
- relaksacja,
- praktyki wyciszające i aktywizujące,
- dobór praktyki do poziomu uczestników,
- bezpieczeństwo pracy z oddechem.

Praktyka:

- prowadzenie technik oddechowych,
- obserwacja reakcji organizmu,
- praca z tempem i rytmem,
- krótkie sekwencje regulacyjne.

MODUŁ 5. Joga funkcjonalna dla różnych ciał i potrzeb

Zakres:

- indywidualizacja praktyki,
- różnice anatomiczne,
- osoby o ograniczonej mobilności,
- osoby rozpoczynające praktykę na poziomie grupy zaawansowanej,
- osoby z ograniczeniami ruchowymi,
- modyfikowanie pozycji,
- wykorzystanie pomocy,
- budowanie poczucia bezpieczeństwa,
- język inkluzywny,
- praca z różnorodnością grupy.

Praktyka:

- analiza przypadków,
- modyfikacja sekwencji,
- dobór wariantów,
- prowadzenie fragmentów zajęć.

MODUŁ 6. Mistrzostwo nauczycielskie – prowadzenie zajęć i własny styl

Zakres:

- budowanie własnego stylu nauczycielskiego,
- obecność nauczyciela,
- głos i sposób komunikacji,
- zarządzanie energią grupy,
- praca z dynamiką zajęć,
- reagowanie na nieprzewidziane sytuacje,
- zarządzanie grupą,
- prowadzenie zajęć tematycznych,
- praca z trudnym uczestnikiem,
- analiza własnego sposobu nauczania,
- superwizja i feedback,
- plan dalszego rozwoju zawodowego.

Praktyka:

- prowadzenie fragmentów zajęć,
- obserwacja,
- feedback,
- korekta własnego sposobu nauczania,
- przygotowanie autorskiej mini-sekwencji.

Walidacja kształcenia - wywiad swobodny, obserwacja w warunkach symulowanych

Organizator zapewnia w części stacjonarnej usługi:

- maty,
- klocki,
- paski,
- bolstery,
- koce,
- poduszki,
- krzesła,
- pomoce do pracy z ustawieniem ciała,
- sprzęt multimedialny,
- flipchart/tablicę,
- nagłośnienie,
- materiały dydaktyczne,
- apteczkę,
- dostęp do wody i zaplecza sanitarnego.

METODY PRACY

- praktyka własna,
- demonstracje,
- ćwiczenia indywidualne,
- praca w parach,
- praca w małych grupach,
- analiza przypadków,
- analiza ruchu,
- obserwacja uczestników,
- symulacje prowadzenia zajęć,
- prowadzenie fragmentów zajęć przez uczestników,
- korekta i feedback,
- miniwykłady,
- dyskusja moderowana,
- analiza własnej praktyki,
- konsultacje indywidualne.

WALIDACJA

Walidacja jest **oddzielona od procesu szkoleniowego** i przeprowadzona przez osobę inną niż prowadzący zajęcia.

Obejmuje:

1. Obserwację w warunkach symulowanych

Uczestnik prowadzi fragment własnych zajęć, podczas którego oceniane są:

- struktura zajęć,
- dobór asan,
- sposób instruowania,
- bezpieczeństwo,
- umiejętność modyfikacji,
- komunikacja,
- obserwacja uczestników,
- reagowanie na potrzeby grupy,
- wykorzystanie oddechu,
- jakość prowadzenia.

2. Wywiad ustrukturyzowany

Pytania dotyczą:

- anatomii funkcjonalnej,
- biomechaniki,
- sekwencjonowania,
- bezpieczeństwa,
- korekt,
- pracy z różnymi uczestnikami,
- technik oddechowych,
- metodyki prowadzenia zajęć,
- analizy własnej praktyki.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 36

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
1 z 36 MODUŁ 0 – Spotkanie orientacyjn e i diagnoza celów rozwojowyc h	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	04-12-2026	16:00	18:15	02:15	Nie
2 z 36 -	Przerwa	-	04-12-2026	18:15	18:30	00:15	Nie
3 z 36 MODUŁ 0 – Spotkanie orientacyjn e i diagnoza celów rozwojowyc h	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	04-12-2026	18:30	19:00	00:30	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
4 z 36 MODUŁ 1 – Funkcjonalna anatomia i biomechanika w praktyce nauczyciela	Zajęcia	Robert Paniączyk	11-12-2026	09:00	13:00	04:00	Tak
5 z 36 -	Przerwa	-	11-12-2026	13:00	14:00	01:00	Tak
6 z 36 MODUŁ 1 – Funkcjonalna anatomia i biomechanika w praktyce nauczyciela	Zajęcia	Robert Paniączyk	11-12-2026	14:00	17:00	03:00	Tak
7 z 36 MODUŁ 1 – Funkcjonalna anatomia i biomechanika w praktyce nauczyciela	Zajęcia	Robert Paniączyk	12-12-2026	09:00	13:00	04:00	Tak
8 z 36 -	Przerwa	-	12-12-2026	13:00	14:00	01:00	Tak
9 z 36 MODUŁ 1 – Funkcjonalna anatomia i biomechanika w praktyce nauczyciela	Zajęcia	Robert Paniączyk	12-12-2026	14:00	17:00	03:00	Tak
10 z 36 MODUŁ 2 – Obserwacja, korekty i indywidualizacja praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	05-02-2027	16:00	19:30	03:30	Nie
11 z 36 -	Przerwa	-	05-02-2027	19:30	19:45	00:15	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
12 z 36 MODUŁ 2 – Obserwacja , korekty i indywiduali zacja praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	06-02-2027	10:00	13:00	03:00	Nie
13 z 36 -	Przerwa	-	06-02-2027	13:00	14:00	01:00	Nie
14 z 36 MODUŁ 2 – Obserwacja , korekty i indywiduali zacja praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	06-02-2027	14:00	18:00	04:00	Nie
15 z 36 MODUŁ 2 – Obserwacja , korekty i indywiduali zacja praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	07-02-2027	10:00	13:30	03:30	Nie
16 z 36 -	Przerwa	-	07-02-2027	13:30	13:45	00:15	Nie
17 z 36 MODUŁ 3 – Zaawanso wane sekwencjon owanie i projektowa nie praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	05-03-2027	16:00	19:00	03:00	Nie
18 z 36 -	Przerwa	-	05-03-2027	19:00	20:00	01:00	Nie
19 z 36 MODUŁ 3 – Zaawanso wane sekwencjon owanie i projektowa nie praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	05-03-2027	20:00	22:00	02:00	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
20 z 36 MODUŁ 3 – Zaawansowane sekwencjonowanie i projektowanie praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	06-03-2027	10:00	14:00	04:00	Nie
21 z 36 -	Przerwa	-	06-03-2027	14:00	15:00	01:00	Nie
22 z 36 MODUŁ 3 – Zaawansowane sekwencjonowanie i projektowanie praktyki	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	06-03-2027	15:00	18:00	03:00	Nie
23 z 36 MODUŁ 4 – Oddech, układ nerwowy i autoregulacja	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	09-04-2027	16:00	20:30	04:30	Nie
24 z 36 -	Przerwa	-	09-04-2027	20:30	21:30	01:00	Nie
25 z 36 MODUŁ 4 – Oddech, układ nerwowy i autoregulacja	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	10-04-2027	10:00	13:00	03:00	Nie
26 z 36 -	Przerwa	-	10-04-2027	13:00	14:00	01:00	Nie
27 z 36 MODUŁ 5 – Joga dla różnych ciał i potrzeb uczestników	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	10-04-2027	14:00	17:00	03:00	Nie

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin	Forma stacjonarna
28 z 36 MODUŁ 5 – Joga dla różnych ciał i potrzeb uczestników	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	08-05-2027	09:00	13:00	04:00	Tak
29 z 36 -	Przerwa	-	08-05-2027	13:00	14:00	01:00	Tak
30 z 36 MODUŁ 5 – Joga dla różnych ciał i potrzeb uczestników	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	08-05-2027	14:00	17:00	03:00	Tak
31 z 36 MODUŁ 6 – Mistrzostw o warsztatu nauczyciela i własny styl pracy	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	09-05-2027	09:00	13:00	04:00	Tak
32 z 36 -	Przerwa	-	09-05-2027	13:00	14:00	01:00	Tak
33 z 36 MODUŁ 6 – Mistrzostw o warsztatu nauczyciela i własny styl pracy	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	09-05-2027	14:00	17:00	03:00	Tak
34 z 36 MODUŁ 6 – Mistrzostw o warsztatu nauczyciela i własny styl pracy	Zajęcia	Celina Kareńska Tschurl	10-05-2027	09:00	13:00	04:00	Tak
35 z 36 -	Przerwa	-	10-05-2027	13:00	14:00	01:00	Tak
36 z 36 -	Walidacja	-	10-05-2027	14:00	17:00	03:00	Tak

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	85:00
w tym suma godzin zajęć	71:15
w tym suma godzin walidacji	03:00
w tym suma przerw	10:45
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	99:00

Cennik

Jeżeli korzystasz z dofinansowania i usługa stanowi usługę kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego wraz z usługą lub dostawą towarów ściśle związaną z usługami kształcenia zawodowego lub przekwalifikowania zawodowego to możesz mieć możliwość skorzystania za zwolnienia z podatku VAT na podstawie art. 43 ust. 1 pkt 29 lit. c ustawy z dnia 11 marca 2004 r. o podatku od towarów i usług, jeżeli usługa w całości jest finansowana ze środków publicznych lub § 3 ust. 1 pkt 14 rozporządzenia Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień w przypadku, gdy usługa jest finansowana w co najmniej 70% ze środków publicznych.

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	12 300,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	10 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	144,71 PLN
Koszt osobogodziny netto	117,65 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	85:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 2



1 z 2

Celina Kareńska Tschurl

Jest certyfikowaną nauczycielką jogi z ponad dziesięcioletnim doświadczeniem w prowadzeniu zajęć grupowych oraz indywidualnych. Od trzech lat prowadzi własne studio jogi, w którym realizuje regularne praktyki jogi, sesje oddechowe, medytacyjne oraz szkolenia rozwojowe. Od tego czasu kształci również przyszłych nauczycieli jogi, łącząc klasyczną wiedzę jogiczną z anatomią funkcjonalną, technikami oddechowymi oraz elementami mindfulness. W pracy szkoleniowej stawia na praktyczne przygotowanie do zawodu, tak aby uczestnicy potrafili bezpiecznie i świadomie prowadzić zajęcia od razu po zakończeniu kursu.

Kwalifikacje i certyfikaty:

- 500 RYT – Awakening Yoga Academy
- Trenerka oddechu 100 RYT – Just Breathe
- Yoga for Children 100 RYT – Rainbow Yoga
- Prenatal Yoga Teacher 100 RYT
- Yin Functional Yoga 100 RYT
- Shakti Yoga Wheel 50 RYT
- Yoga Tune Up – 100 h TT
- Roll Model Method – praca z piłkami powięziowymi
- Barre / Barrefit TT
- Animal Flow Level 1
- Filozofia Jogi – 30 h

Doświadczenie zawodowe:

Od trzech lat prowadzi własne studio jogi, w którym realizuje regularne zajęcia, warsztaty i kursy nauczycielskie w formie stacjonarnej i hybrydowej. Specjalizuje się w pracy z ciałem i oddechem, a programy szkoleniowe tworzę tak, aby rozwijały zarówno praktykę fizyczną, jak i kompetencje pedagogiczne przyszłych nauczycieli. W szkoleniach kładzie nacisk na bezpieczeństwo, świadomą pracę z ruchem, jasną komunikację oraz praktyczne przygotowanie do prowadzenia zajęć jogi.



2 z 2

Robert Paniączyk

Doświadczony szkoleniowiec w obszarze ruchu funkcjonalnego, anatomii i terapii ruchem. Od ponad 10 lat prowadzi zajęcia i warsztaty dla nauczycieli, instruktorów i osób praktykujących, łącząc wiedzę z zakresu jogi, fizjoterapii i treningu motorycznego.

Specjalizuje się w anatomii funkcjonalnej, mobilności, stabilizacji oraz biomechanice ruchu w kontekście praktyki jogi. W nauczaniu zwraca uwagę na bezpieczeństwo, indywidualne predyspozycje uczniów i zrozumienie ciała jako całościowego systemu.

Na kursie nauczycielskim odpowiada za bloki tematyczne z zakresu anatomii, prewencji urazów, techniki wykonywania asan i pracy z różnymi typami ciała. Wspiera uczestników w rozwijaniu umiejętności obserwacji, korekty i mądrego, świadomego nauczania.

W pracy trenerskiej łączy naukową precyzję z praktycznym doświadczeniem, dzięki czemu przekazuje wiedzę w sposób zrozumiały i inspirujący. Jego zajęcia uczą, jak poprzez ruch odnaleźć stabilność, równowagę i siłę – zarówno w ciele, jak i w umyśle.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik otrzymuje:

- zaawansowany manual nauczyciela jogi,
- materiały dotyczące anatomii funkcjonalnej i biomechaniki,
- materiały dotyczące sekwencjonowania,
- karty analizy asan,
- karty pracy do projektowania sekwencji,
- materiały dotyczące technik oddechowych,
- zestaw ćwiczeń do samodzielnej praktyki,
- materiały dotyczące korekt i komunikacji nauczycielskiej,
- arkusz autodiagnozy kompetencji,
- indywidualny plan dalszego rozwoju zawodowego.

Warunki uczestnictwa

Warunkiem ukończenia usługi jest:

- posiadanie minimum 200 RYT przed rozpoczęciem kursu,
- udział w minimum **80% zajęć**,
- udział w procesie walidacji,
- uzyskanie pozytywnego wyniku walidacji efektów uczenia się.

Koszt udziału w usłudze może zostać zwolniony z VAT w przypadku finansowania usługi co najmniej w 70% ze środków publicznych. W tym przypadku zastosowanie ma zwolnienie z VAT:

zwolnienie VAT na pdst. Rozporządzenie MF z dn. 20.12.2013 r. w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień (Dz. U. z 2013 r. poz. 1722, z późn. zm.) rozdz. 2, § 3. 1., pkt. 14

Warunki techniczne

WARUNKI TECHNICZNE – szkolenie online (Teams)

Wymagania dla uczestnika:

- komputer/laptop lub tablet/smartfon z dostępem do Internetu (min. 10 Mb/s),
- kamera i mikrofon,
- zainstalowana aplikacja Teams lub dostęp przez przeglądarkę,
- cicha przestrzeń do pracy i mata do ćwiczeń (ok. 2x2 m),
- podstawowe akcesoria jogowe (kostka, pasek – jeśli wymagane).

Wymagania organizacyjne: stabilne łącze internetowe (min. 30 Mb/s), kamera i mikrofon wysokiej jakości, możliwość udostępniania materiałów i prezentacji. Wsparcie techniczne: instrukcja logowania przesyłana przed szkoleniem, możliwość przetestowania połączenia, kontakt pomocowy (mail/telefon) w trakcie kursu.

Adres

ul. Stanisława Zwierzchowskiego 27

61-249 Poznań

woj. wielkopolskie

Część stacjonarna odbędzie się w specjalistycznym studiu jogi i ruchu, którego profil działalności jest bezpośrednio związany z tematyką realizowanej usługi. Studio prowadzi regularne zajęcia jogi, warsztaty oraz szkolenia, w tym kursy nauczycielskie i programy rozwojowe dla osób praktykujących i nauczających jogę, więc jest odpowiednio wyposażone. Przestrzeń jest dostosowana do prowadzenia praktycznych zajęć ruchowych i szkoleniowych, wymagających pracy na matach, demonstracji asan, analizy wzorców ruchowych, ćwiczeń w parach i grupach, prowadzenia fragmentów zajęć oraz obserwacji i korygowania sposobu wykonywania pozycji. Charakter miejsca odpowiada praktycznemu profilowi usługi, obejmującemu m.in. zaawansowaną pracę z asaną, biomechaniką, sekwencjonowaniem, oddechem, komunikacją nauczyciela oraz indywidualizacją praktyki.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Natalia Smolarek

E-mail natalia@alioconsulting.pl

Telefon (+48) 668 513 014