



Trimurti Yoga
Matahari Yoga Path

200 YTT

29 Giugno - 21 Luglio 2025
Bali | Indonesia

EARLY BIRD FINO AL 30/04



Matahari Yoga Path



Matahari Yogaspace Via Ascoli Piceno 33

200 YTT

Un percorso completo che include Hatha, Vinyasa, meditazione, filosofia yogica, anatomia applicata e tecniche di insegnamento.

- **Asana**
- **Creazione di una sequenza**
- **Pranayama**
- **Filosofia**
- **Scienza dello Yoga**
- **Meditazione**
- **Anatomia**
- **Pratica di insegnamento**
- **Tirocinio**

Kindra e Carolina saranno le tue insegnanti di yoga che ti guideranno in questo percorso.

Kindra ti accompagnerà nel creare e gestire le sequenze di Vinyasa, Carolina ti porterà a conoscere la stabilità del Hatha yoga e l'importanza della mobilità articolare. Insieme guideranno meditazioni, studio dell'asana, canti e cerchi.

La filosofia sarà spiegata da insegnanti indiani della scuola Trimurti Yoga.

Il corso sarà interamente in Italiano, dove e quando serve faremo la traduzione in tempo reale dall'inglese.

DOVE ALLOGGEREMO E COSA È INCLUSO

Kelapa Cottage, Amed, Bali

- Alloggio in villa privata per 4 persone all'interno del Resort
- Piscina, ristorante e spa
- Tutti i pasti dal Lunedì al Venerdì
- Formazione Insegnanti Yoga 200 hrs
- Attestato Yoga Alliance e Trimurti Yoga

COSA NON È INCLUSO

- Il volo di andata e ritorno per l'Indonesia
- Visti se servono
- Trasporto taxi per arrivare ed uscire dal resort
- Nel day off i pasti non sono inclusi

200 YTT

PROGRAMMA

- Pratica Solare al mattino 7:00 / 9:00
- Colazione 9:00/ 10:00
- Teoria 11:00/ 13:00
- Pranzo 13:00/14:30
- Studio di Asana 14:30/16:00
- Prove d'insegnamento 16:30/18:00
- Pratica Lunare 18:00 / 19:00

Il programma è dal Lunedì fino al Venerdì, il sabato ci sarà metà giornata e la domenica libera

Le insegnanti

Carolina Pinto

Carolina é un'insegnante yoga certificata 500 ore. Appassionata dello studio del corpo si forma nel 2019 e dopo qualche anno d'insegnamento decide di aprire uno studio di Yoga a Roma.

Carolina ti porterà a conoscere la stabilità del Hatha yoga e l'importanza della mobilità articolare. Insieme a Kindra guideranno meditazioni, studio dell'asana, canti e cerchi.

Le insegnanti

Kindra Calonia

Kindra é un'insegnante yoga certificata 500 ore. Appassionata dalle filosofie orientali si forma nel 2018 dopo aver vissuto in Indonesia per 5 anni.

Kindra ti accompagnerà nel creare e gestire le sequenze di Vinyasa.

La filosofia sarà spiegata da insegnanti Indiani in Inglese della scuola Trimurti Yoga e verrà tradotta in tempo reale da Carolina e Kindra.

Pagamenti

EARLY BIRD ENTRO IL 1 APRILE

2300 euro

da pagare in un'unica soluzione o da suddividere in rate
Ipotesi di rateizzazione:

Acconto 900 euro entro il 30 Aprile

2 rate da 700 euro da pagare entro il 15 Giugno

DOPO IL 30 GIUGNO

2600 euro

da pagare in un'unica soluzione o da suddividere in rate

Acconto 900 euro entro il 10 Agosto

2 rate da 850 da pagare entro il 15 Giugno

LA QUOTA COMPRENDE:

- La formazione insegnanti yoga da 200 hrs + certificato
- Il pernottamento in villa
- Tutti i pasti dal Lunedì al Venerdì, sabato solo colazione

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- le spese di viaggio: volo andata e ritorno, taxii per arrivare e andare via dalla struttura
- visti, se vi servono
- Avrai tutto il pomeriggio di Sabato e la giornata di Domenica per avere del tempo libero e girare l'isola, in completa autonomia.

Qual'ora dovessi rinunciare la viaggio avrai un rimborso totale entro 1 Aprile, dal 2 Aprile al 29 Maggio rimborso del 50%, dal 30 Maggio in poi nessun rimborso

FELICI DI AVERTEI
CON NOI

Kindra e Carolina

◆ sat cit ananda ◆



Matahari Yoga Path