

FORMAÇÃO DE INSTRUTORES

HAPPY YOGA[®]

YOGA PARA CRIANÇAS

Formação Profissional Certificada



19 e 20 de Agosto | Online
www.happyoga.weebly.com

FORMAÇÃO DE INSTRUTORES HAPPY YOGA PARA CRIANÇAS

O que é o Happy Yoga?

Apesar do nome, Happy Yoga não pretende ser um método de yoga tradicional. Foi criado em 2010 e junta várias técnicas como meditação, massagem, yoga acrobático, yoga restaurativo, escrita e pintura criativa, mandalas, coaching e pnl, dança e expressão corporal, relaxamento, respiração consciente, etc.

O objetivo é, de uma forma lúdica, ajudar crianças e adultos a integrar conceitos como a cooperação, o respeito, a unicidade e valorização de cada indivíduo como um ser único e especial.

Em que consiste a Formação de Instrutores Happy Yoga ?

Este é uma formação de grande transformação, onde o enriquecimento pessoal se traduzirá num aprimorar do teu ser profissional. Várias técnicas serão aprofundadas e experienciadas para que no final possas ser um(a) Instrutor(a) Happy Yoga confiante e conhecedor(a).

Esta formação é baseada nas pedagogias Waldorf e Montessori onde há uma visão holística da criança permitindo o seu desenvolvimento orgânico e individualizado.

Que habilitações me dá?

Com a Formação de Instrutor Happy Yoga ficarás habilitado(a) a dar aulas do Método Happy Yoga a crianças, a partir dos 3 anos, adolescentes, pais e filhos, em família e escolas.

Quais os pré-requisitos?

Valorizamos a prática e conhecimentos de Yoga, bem como experiência profissional em áreas relacionadas, estando a formação aberta também, a quem não possua estes requisitos. Para além disso, é necessário ter mais de 18 anos e ausência de registo criminal.

Qual a carga horária?

A Formação de Instrutores Happy Yoga tem uma carga horária de 50h.

Qual a estrutura do curso?

O curso é composto por



Quais os conteúdos?

O INSTRUTOR HAPPY YOGA

Método e Transformação Pessoal ; Comunicação; Padrões Mentais e Novos Hábitos

YOGA

Posturas Físicas – benefícios, indicações terapêuticas. AcroYoga e Partner Yoga.

Respiração Consciente, Meditação e Relaxamento – exercícios e benefícios

Mantras, Mudras, Chakras

DANÇA E MOVIMENTO

A somatização e libertação emocional através do movimento | Meditação Ativa

ESCRITA E PINTURA

O desenvolvimento emocional e autoconhecimento através da arte

MASSAGEM

O poder do toque terapêutico. ´

HAPPY YOGA NA PRÁTICA

Planificação de aulas e metodologia em família e em contexto escolar.



O que está incluído?

Manual Happy Yoga (+200pág)

Manual de Anatomina
Material de apoio e divulgação e Playlist's
Página individual no site Happy Yoga
Utilização gratuita da marca
Mentoria e Acompanhamento Vitalício
Desconto de 30% em reciclagens

Quais as datas e horário?

19 e 20 de Agosto - Das 10h às 18h

Aula Teórica Happy Yoga

5as | 18h30/20h30 | 25 de Agosto e 1, 8, 15 e 22 de Setembro

E ainda...

Aula prática de Yoga Tradicional online /semana

5as | 20h/21h30 - Mês de Setembro

Como me posso inscrever?

Basta preencheres a ficha de inscrição (podes fazer o pedido no site, www.happyyoga.weebly.com, ou por email, happy.yoga@sapo.pt e aguardar o envio de dados para pagamento, caso ainda existam vagas.

Quantas vagas existem para o curso?

O conceito Happy Yoga assenta na criação de uma segunda família.

Assim sendo, é importante para nós que possamos conhecer-te bem e acompanhar-te neste processo de crescimento pessoal e desenvolvimento de competências profissionais. Acreditamos que menos é mais.

E por isso as vagas são **apenas 6**.



Quais as saídas profissionais?

Após conclusão da Formação poderás dar aulas do Método Happy Yoga em escolas, colégios, atl, centro de estudos, estúdios de yoga, clínicas, centros de terapias e massagens, centros de saúde, associações, clubes desportivos, ginásios, etc.

Qual é a certificação?

Após conclusão do curso, com aproveitamento, receberás:

- ❖ Certificado Profissional de Instrutor(a) Happy Yoga, acompanhado de Carta de apresentação referindo a carga horária e as habilitações;
- ❖ Certificado acreditado pela DGERT | Direção Geral do Emprego e das Relações de Trabalho (opcional)

Quem é a formadora?

Sónia Vicente

Prof.^a de Yoga , Criadora do Método Happy Yoga, Formadora certificada pelo IEFP.

Sabe mais sobre em www.happyyoga.weebly.com

Como é feita a avaliação?

A avaliação é contínua feita através:

- ❖ Atitude perante os desafios, motivação e positivismo
- ❖ Entreaajuda, espírito de equipa e cooperação
- ❖ Compreensão e capacidade de integração dos conteúdos propostos
- ❖ Assiduidade e pontualidade
- ❖ do exercício de revisão de conhecimentos sobre cada temática
- ❖ do teste teórico e prático de final de curso
- ❖ do trabalho escrito de fim de curso



Qual é o valor do curso?

Promoção até 1 de Julho

Valor | 450€

A partir de 1 de Junho

Valor | 570€

+Certificado DGERT (opcional) | 50€

*Valores sem IVA | IVA 23% (prestação de serviços)

Quais as condições de pagamento?

A inscrição é feita com 50% do valor e o restante pago até quinze dias antes do início do curso, por transferência bancária ou MBWAY.

Política de devolução

Em caso de desistência por parte do aluno até 15 dias antes ou no decorrer da formação o valor pago **não será devolvido**.

Em caso de cancelamento por parte da escola o valor será devolvido na totalidade.

E agora...

Que já sabes tudo sobre o curso...

Senta-te com as costas alinhadas e respira fundo por 3 vezes.

Coloca as mãos sobre o chakra cardíaco e faz a seguinte pergunta?

“Esta formação faz parte da minha missão de vida?”

Escuta... e segue o teu Coração!

Namasté



www.happyoga.weebly.com