

FAQ's

Quando spesso sono tenuti gli incontri dal vivo e se non posso partecipare a un incontro?

Ci incontreremo una volta al mese per lo studio nel weekend - sabato e domenica.

Anche se ti consiglio davvero di essere presente ad ogni weekend dal vivo, se ne dovessi perderne uno, puoi guardare la registrazione con i tuoi tempi.

Per quanto tempo avrò accesso al contenuto del corso?

Per 9 mesi dopo la fine della Formazione.

Sono nuova al Kundalini Yoga, potrei unirmi?

Assolutamente! Questo corso accoglie tutti i livelli di Yoga e qualsiasi Percorso.

A che età potrei seguire la Formazione?

Qualsiasi età tra i 18 e i 120 anni.

Se avrò domande durante il corso, sarò in grado di comunicare con voi per chiederle?

Assolutamente. Le chat del gruppo di supporto saranno aperte per gli studenti e anche la casella delle domande mensile. E puoi sempre anche mandarci un'email.

Questo percorso fornisce gli strumenti per lavorare con le donne in gravidanza?

Per questo periodo magico e complesso nella vita di una donna abbiamo creato il percorso dedicato "Gentle Birth Yoga", ti invitiamo a visitare la pagina dedicata a questo percorso.

Come avvengono le lezioni?

La lezione si tengono online tramite Zoom e in presenza a Cremona.

Ci incontreremo una volta al mese per lo studio del fine settimana. Vogliamo che i nostri fine settimana siano facilmente digeribili e fluenti, quindi abbiamo molti momenti rigenerativi al giorno.

Ecco un programma tipo:

H 09:00 - 10:00 - Pratica : Yoga&Meditazione. Lezione di gruppo.

H 10:30 - 12:30 - Teoria

H 12:30 - 14:00 - Pausa Pranzo

H 14:00 - 16:00 - Teoria

H 16:15 - 17:30 - Teoria/Pratica

Attualmente sto affrontando un periodo difficile della mia vita. Il corso mi darà gli strumenti per poterlo affrontare con grazia?

Tutti gli strumenti condivisi nel corso sono particolarmente efficaci per i tempi di trasformazione e cambiamento.

La crescita è la verità ultima dell'universo su cui ci stiamo sintonizzando durante questo corso.

Il tuo prossimo passo ti sarà chiaro in questo corso.

La trasformazione è la mia specialità personale, quindi ti è garantito un grande supporto in qualsiasi direzione tu stia andando.

Per qualsiasi altra domanda non esita a contattarmi privatamente su Instagram o via e-mail:
satnam@healingacademyyoga.education