

ЭКСПРЕСС

ТИЧЕРС- КУРС

ПОДГОТОВКА
ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ
ХАТХА-ЙОГИ

Дисциплины (216 часов):

- Интенсивная практика хатха-йоги
- Практика проведения групповых занятий
- Отстройки и правки асан
- Анатомия и физиология йоги
- Философия и история йоги
- Построение тренировочных последовательностей
- Введение в йогатерапию
- Основы пранаямы
- Профессиональное продвижение преподавателя йоги
- Голос преподавателя
- Прикладной санскрит преподавателя
- Психология преподавания
- Основы Йоги критического выравнивания
- Шаткармы



СЕРТИФИКАТ

ВЫДАН

Наталье Тарасенко

ПОДТВЕРЖДАЕТ ПРАВО ПРЕПОДАВАТЬ ХАТХА-ЙОГУ ДЛЯ ГРУПП
ЛЕГКОГО УРОВНЯ.

Дата выдачи:

5 мая 2022

Галаев М. А.

Воробьева М. А.

Беляев Д. Я.

Галаев М. А.

Директор ООО «Центр йоги «Прана»



Организатор «Курса по подготовке преподавателей хатха-йоги» — центр йоги «Прана».
Сертификат подтвержден на сайте pranayoga.ru



ЭКСПРЕСС-КУРС ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ХАТХА-ЙОГИ

СВИДЕТЕЛЬСТВО

ДИСЦИПЛИНЫ (216 ЧАСОВ):

- интенсивная практика хатха-йоги;
- практика проведения групповых занятий;
- отстройки и правки асан;
- построение тренировочных последовательностей;
- анатомия и физиология йоги;
- философия и история йоги;
- психология ведения занятий;
- развитие голоса преподавателя;
- травмобезопасность;
- основы йогатерапии;
- основы аюрведы;
- курс базовых пранаям;
- основы медитации;
- ознакомительные занятия по стилям хатха-йоги.

ВЫДАНО *Тарасенко Наталья*

В ТОМ, ЧТО ОН(А) ПРОСЛУШАЛ(А) «ЭКСПРЕСС-КУРС ПО ПОДГОТОВКЕ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ ХАТХА-ЙОГИ».

Время проведения экспресс-курса:

июнь-сентябрь 2020 года

Дата выдачи: *18.09.2020*

Галаев М. А.
Директор АНО «Центр йоги «Прана»



Свидетельство не дает права на преподавательскую деятельность.

Организатор «Курса по подготовке преподавателей хатха-йоги» — АНО «Центр йоги «Прана»

Организатор «Курса по подготовке преподавателей хатха-йоги» центр йоги «Прана». Сертификат подтвержден на сайте pranayoga.ru

КУРС ОТСТРОЙКИ И ПРАВКИ АСАН



СВИДЕТЕЛЬСТВО

ВЫДАНО Наталье Тарасенко

В ТОМ, ЧТО ОН(А) **С 30 АПРЕЛЯ ПО 4 МАЯ 2022** УЧАСТВОВАЛ(А) В КУРСЕ
ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ «ОТСТРОЙКИ И ПРАВКИ АСАН»

в объеме 35 часов без сдачи аттестационного экзамена.

Дата выдачи: 4 мая 2022

Преподаватели:
Галаев М. А.
Веретенникова А. В.

Галаев М. А.
Директор АНО «Центр йоги «Прана»





**КУЛЬТУРА
ДВИЖЕНИЯ**

СЕРТИФИКАТ

выдан участнику семинара
«Йога. Культура движения»

Наталье Тарасенко

Тема семинара

КОР. БИОМЕХАНИКА.
ОСНОВЫ ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Место проведения

ОНЛАЙН УЧАСТИЕ

Дата проведения

19-20 МАРТА 2022 ГОДА

ИГОРЬ ПАНТЮШЕВ

ОЛЬГА УЖЕГОВА

СЕРТИФИКАТ О ПРОХОЖДЕНИИ СЕМИНАРА НЕ ДАЕТ ПРАВО НА ПРЕПОДАВАНИЕ ЙОГИ



**КУЛЬТУРА
ДВИЖЕНИЯ**

СЕРТИФИКАТ

выдан участнику семинара
«Йога. Культура движения»

Наталье Тарасенко

Тема семинара	ТАЗОБЕДРЕННЫЕ СУСТАВЫ. БИОМЕХАНИКА. ОСНОВЫ ПЛАНИРОВАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА
Место проведения	ОНЛАЙН УЧАСТИЕ
Дата проведения	11-12 ИЮНЯ 2022 ГОДА

ИГОРЬ ПАНТЮШЕВ

ОЛЬГА УЖЕГОВА

онлайн-курс
«МЫШЦЫ В ЙОГЕ»

СЕРТИФИКАТ



Настоящим удостоверяется, что

Наталья Парасенко

прослушал(а) курс

Мышцы в йоге

12 ч. и успешно сдал(а) теоретический экзамен.

Преподаватель курса Ксения Шатская

Преподаватель курса Павел Родионов

Дата выдачи: 02.03.2021

BASEBODY.RU

онлайн-курс
«ТРАВМОБЕЗОПАСНОСТЬ В АСАНАХ»

СЕРТИФИКАТ



Настоящим удостоверяется, что

Марасенко Наталья

прослушал(а) курс

Травмобезопасность в асанах

12 ч. и успешно сдал(а) теоретический экзамен.

Преподаватель курса Ксения Шатская

Преподаватель курса Павел Родионов

Дата выдачи: 14.07.2020

BASEBODY.RU

онлайн-курс
«ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

СЕРТИФИКАТ



Настоящим удостоверяется, что

Наталья Парасенко

Прослушал(а) курс Здоровая осанка
20 ч. и успешно сдал(а) теоретический экзамен.

Преподаватель курса Ксения Шатская

Дата выдачи: 30.04.2021

A handwritten signature in blue ink, likely belonging to Ksenia Shatskaya, positioned over a horizontal line.

онлайн-курс
«ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ»

СЕРТИФИКАТ



Настоящим удостоверяется, что

Наталья Парасенко

Прослушал(а) курс *Стрессоустойчивость*
20 ч. и успешно сдал(а) теоретический экзамен.

Преподаватель курса Ксения Шатская

Дата выдачи: 01.04.2021

A handwritten signature in blue ink, likely belonging to Ksenia Shatskaya, positioned above a horizontal line.