**Ирина Бобровская**

**Сертификат: Intermediate Junior 2 / Level 2**

Я предлагаю 3х-ступенчатую программу наставничества. Все описанные ниже классы я и мои коллеги центра йоги Айенгара г. Тольятти успешно реализуют начиная с 2007 года.

Я начинаю работу с новичком с нуля и имею возможность и опыт обучить его до уровня преподавателя согласно системе развития и подготовки практикующих йогу Айенгара.

**Ступень 1.**

Курсы и классы «Первый шаг в йоге»/«Ознакомительный» и «Уровень 1».

Обучение занимает в среднем 1 год.

Все занятия доступны в центре йоги и онлайн.

**Ступень 2.**

Классы «Уровень 2» на регулярной основе.

Классы пранаямы.

Серия занятий «Углубленного изучения йоги» с разбором философии и анатомии.  Основная идея - это формирование личной практики.

Тематические мастер-классы.

Выездные семинары (1 раз в сезон).

Обучение занимает в среднем 1 год.

Все занятия доступны в центре йоги и онлайн (исключение - выездные семинары, возможно только личное присутствие).

**Ступень 3.**

Классы «Уровень 2, 3» на регулярной основе.

Классы пранаямы.

Совместная практика.

Серия занятий «Углубленного изучения йоги» с разбором методики преподавания йоги Айенгара.

Ассистирование в общих классах, классах пранаямы и в терапевтических группах.

Изучение формата экзаменов международного образца.

Совместное посещение семинаров старших преподавателей.

Обучение занимает в среднем 2-3 года.

Все занятия доступны в центре йоги и онлайн (исключение - ассистирование, только при личном взаимодействии).

**Мои контакты:**

Ирина Бобровская, Junior Intermediate 2

89179797184

“Центр йоги Айенгара г. Тольятти”

Южное шоссе, 23, 89023390170