

## Master Giocayoga Full-immersion-week a Folegandros 23 apr-1 mag '22



Durante la Pasqua ortodossa per 3 giorni le strade di Folegandros si trasformano in un teatrino ricco di feste, canti, musica; le case sono tutte aperte e le tavole imbandite di piatti e liquori locali per accogliere i visitatori: tutti sono benvenuti !!



L' isola, verde e fiorita solo in questo periodo, è un tripudio di colori: il giallo e il viola dei cespugli, il rosso dei papaveri e il bianco di mille margherite



Le Filosofie del Corpo  
THE YOGA SCHOOL OF FOLEGANDROS



associazione italiana yoga bambini

in collaborazione con



## Programma di viaggio

*Il programma YOGA è indicativo e può subire variazioni causa meteo sulla base delle esigenze organizzative del gruppo*

### Giorno 1 – sabato 23 aprile

Decollo da Malpensa intorno alle 7.00. Arrivo a Santorini in tarda mattinata. Per evitare lunghe attese al porto, trasferimento in località sul mare dove poter depositare i bagagli e trascorrere qualche ora. Trasferimento al porto e partenza con aliscafo alle 15.00. Arrivo a Folegandros alle 15.50 e sistemazione nella struttura prescelta.

### Giorno 2 - domenica 24 aprile

Mattinata dedicata alla presentazione del Metodo Giocayoga. Pomeriggio: Possibilità di partecipare alla processione e visita nel villaggio cicladico di Chora (con guida) per assistere ai rituali della Pasqua ortodossa.

Attività serali con giochi in gruppo: l'incontro con l'Altro.

### Giorno 3 – lunedì 25 aprile

Pratica yoga o meditazione del mattino.

Didattica: lo yoga classico di Patanjali, applicazioni pedagogiche – la struttura di una lezione di Giocayoga. Pausa indicativa per il pranzo 1 ora e trenta minuti.

Didattica nel pomeriggio: i giochi nello yoga per bambini.

Meditazione serale o attività di gruppo facoltative.

### Giorno 4 - martedì 26 aprile

Pratica yoga o meditazione del mattino.

Didattica: Giocayoga a Scuola. Pausa indicativa per il pranzo 1 ora e trenta minuti.

Didattica nel pomeriggio: Metodo Giocayoga a Scuola.

Meditazione serale o attività di gruppo facoltative.

Possibilità di massaggi su richiesta

### Giorno 5 - mercoledì 27 aprile

Pratica yoga o meditazione del mattino. Didattica: lo Yoga e la meditazione per adolescenti.

Pausa indicativa per il pranzo 1 ora e trenta minuti.

Didattica nel pomeriggio: lo Yoga e la meditazione per adolescenti.

Meditazione serale o attività di gruppo facoltative.

Possibilità di massaggi su richiesta

### Giorno 6 - giovedì 28 aprile

Pratica yoga o meditazione del mattino.

Didattica: Metodo Giocayoga applicato: costruzione delle sequenze di asana per bambini. Pausa indicativa per il pranzo 1 ora e trenta minuti.

Didattica nel pomeriggio: lo yoga nidra, le visualizzazioni e il rilassamento.

Escursione facoltativa in barca: meditazione al tramonto (attuabile solo con condizioni meteo e mare favorevoli)



in collaborazione con 

**Giorno 7 - venerdì 29 aprile** Pratica yoga o meditazione del mattino. Didattica: la meditazione, protocollo MBI per bambini. Pausa indicativa per il pranzo 1 ora e trenta minuti. Didattica nel pomeriggio: protocollo MBI per bambini. Meditazione serale o attività di gruppo conclusive.

**Giorno 8 - sabato 30 aprile** Trasferimento a Santorini in tarda mattinata e sistemazione in hotel 4 stelle. Cena di arrivederci.

**Giorno 9 - domenica 1 maggio**

Rientro in Italia. Decollo in tarda mattinata con arrivo a Malpensa nel primo pomeriggio.

Il soggiorno a Folegandros è previsto presso

**FOLEGANDROS APARTMENTS** in Solo pernottamento [Guarda la struttura](#)

**La quota di** partecipazione varia in funzione della sistemazione scelta, ammonta a

in Appartamento occupato da 4 persone	€ 830,00 per persona
in Studio standard occupato da 3 persone	€ 860,00 per persona
in Studio standard occupato da 2 persone	€ 950,00 per persona

- ed include:
- Volo Malpensa/Santorini/Malpensa
  - Biglietteria navale Santorini/Folegandros/Santorini
  - Trasferimenti sulle 2 isole
  - 7 pernottamenti a Folegandros in studio standard per 2 o 3 persone o appartamento per 4 persone con il trattamento indicato in quota
  - 1 pernottamento a Santorini in camera doppia con prima colazione hotel 4 stelle
  - Partecipazione guidata alla processione pasquale del 24 aprile
  - Assistenza Italiana a Folegandros
  - Materiale informativo e cartina dell' isola

**I pasti non sono inclusi nella quota.** Al fine di conoscere i vari aspetti della cucina greca, ogni sera organizziamo una cenapartecipazione facoltativa presso uno dei ristoranti da noi selezionati.

**Supplementi facoltativi per persona** Studio standard/camera doppia ad uso singolo € 400,00

**Il preventivo è basato sulle tariffe aeree e alberghiere disponibili al 9 novembre 2021 ed è soggetto a riconferma al momento della prenotazione**

**Quota di partecipazione al Master** € 800,00 per persona

Che include la settimana di formazione, contenuti video registrati sempre disponibili, Convegno annuale, tessera associativa annuale, diploma finale previo superamento dell'esame finale.



in collaborazione con 

### **Per ulteriori informazioni sul programma di formazione Yoga**

LE FILOSOFIE DEL CORPO

[segreteria@aiyb.it](mailto:segreteria@aiyb.it)

Telefono 039 6081518

### **Per ulteriori informazioni sul programma di viaggio**

SOTTOVENTO Travel Services

Flavio FACCIOLO

[sottovento@folegandrosisland.com](mailto:sottovento@folegandrosisland.com)

Cellulare 3405108272

Gli accompagnatori saranno i benvenuti, con quota di solo soggiorno.

#### **Strutturazione didattica:**

Il Master si articola in 7 giorni di full immersion (6 notti), con momenti di didattica e momenti di lavoro di gruppo. Le lezioni saranno ripartite durante la giornata e la sera.

Sono previsti alcuni testi obbligatori di studio, i cui titoli verranno comunicati insieme al calendario interno, alla bibliografia e al regolamento alla ricezione dell'avvenuto pagamento della prima rata.

#### **Programma Formativo**

La didattica sarà concentrata in un'unica settimana e prevede l'esposizione del metodo Giocayoga® nella sua totalità, che segue gli insegnamenti dello yoga tradizionale di Patanjali, applicato all'infanzia e alle correnti pedagogiche più moderne.

Le lezioni sono sempre anche esperienziali, si pratica dalla mattina fino alla sera ed è previsto anche un momento, durante la settimana formativa, in cui la richiesta è quella di produrre una piccola lezione pratica per sperimentare subito come entrare in relazione e in contatto con i bambini attraverso lo yoga. Le materie trattate saranno lo yoga naturalmente, inteso in diversi ambiti di approfondimento, ma anche il gioco, la didattica dello yoga, la pedagogia, la danza, la cultura e i miti indiani, il teatro, la musica, etc., ciascuno di questi focalizzato e connesso al mondo dello yoga e sempre relativo all'universo dei bambini e ragazzi.

#### **Esame finale:**

Al termine del Master, una giornata in data da concordare sarà dedicata all'esame finale che consiste in una prova scritta e in una prova orale e rappresentativa di un Progetto di gruppo, corredata di una tesi scritta di almeno 20 cartelle.

Al superamento dell'esame finale, A.I.Y.B. rilascia un Diploma di frequenza e partecipazione, abilitante all'insegnamento del metodo GiocaYoga®.

I cv dei docenti sono disponibili su sito [www.aiyb.it](http://www.aiyb.it)