

Enseñar yoga más allá de las asanas

Guía práctica para integrar temas, ideas e inspiración en tu clase

DeSiato, Alexandra; Rountree, Sager

Editorial: Gaia Ediciones

ISBN: 9788484459361

Páginas: 256

Dimensiones: 14,5 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 14,00 €

Colección: Yoga



SINOPSIS

Las expertas instructoras de yoga Sage Rountree y Alexandra DeSiato proporcionan a los profesores herramientas para encontrar su propia voz y acceder a su sabiduría. Las autoras ofrecen temas detallados para usar en clase, así como plantillas flexibles que permiten desarrollar series temáticas. *Enseñar yoga más allá de las asanas* aporta orientación a los profesores, tanto principiantes como veteranos, tratando aspectos como la propia voz, la autenticidad, la imitación, la expresión, la práctica, la repetición y la inspiración. También presenta cincuenta y cuatro temas completos para trabajar en clase, así como plantillas destinadas a que los monitores creen sus propios temas y anoten sus observaciones personales. Con un enfoque único y práctico, este libro de ejercicios resultará de interés no solo para los profesores de yoga, sino también para aquellos practicantes que deseen subir un peldaño más.