

Превратите свою страсть в профессию: обучение инструкторов йоги с ведущими экспертами!

Собрали в чек-лист [«Сферы»](#) подсказки наставника инструкторского курса Игоря Красильчука будущим коллегам - берите на заметку, какие навыки входят в «базовый набор» и какие личные качества нужно развивать в себе успешному инструктору.

Контакты

+7 (812) 507 85 85
office@yogasfera.ru

Профессиональный инструктор йоги:

«Базовые настройки»

- Занимается йогой не менее 1 года
- Практикует не менее 5-6 раз в неделю
- Имеет профильное образование в области преподавания йоги
- Понимает основы философии и принципы практики йоги
- Знает различные стили йоги
- Обладает техникой выполнения основных асан, дыхательных практик и медитаций
- Владеет методами преподавания, может дать четкие, понятные инструкции ученикам

- Разбирается в анатомии и строении тела человека
- Знает все о технике безопасности и отстройки асан
- Может адаптировать упражнения под разный уровень подготовки учеников

“Настройки пользователя” или личностные качества успешного инструктора:

- Стремится учиться и развиваться в профессии. Путь инструктора есть постоянное обучение, в первую очередь — себя
- Подкрепляет свои мечты действиями и шаг за шагом идет к своей цели
- Умеет смотреть на себя и собственную практику «со стороны». Это важный навык для хорошего наставника: тот, кто видит себя, обязательно увидит своего ученика

- Знает, что уверенность приходит в процессе и регулярно проходит в практике путь от простого к сложному.

Его главный принцип: Do your practice and all is coming

- Открыт, умеет общаться, слушать и проявлять эмпатию
- Обладает харизмой и «аурой профессионала»

Международный уровень:

- Заинтересован в расширении географии преподавания и является участником Международного йога-альянса
- Признанный специалист на внутреннем профессиональном рынке
- Обладает конкурентными преимуществами в области методики преподавания.