

Sara Casadei

Insegnate Yoga

Nata a Rimini il 19.07.1989
residente a Riccione in Viale Ticino 7 (RN)
tel. 333/6321014
mail: sawavesbel@gmail.com

Riepilogo professionale

Formazione

~ 2015- 2016 DIPLOMA DI IDONEITà ALL'INSEGNAMENTO DELLO YOGA e DIPLOMA NAZIONALE
INSEGNANTE YOGA (Rimini)
1 ANNO, 200 ORE
CSEN, YOGA ALLIANCE

~ 2016-2018 CERTIFICATE OF COMPLETION YOGA TEACHING PROGRAM (Rimini)
1,5 ANNO, 300 ORE
CONI, YOGA ALLIANCE

~ **2017-2018** YOGA THERAPY COURSE (Rimini)
6 MESI, 150 ORE
CONI, YOGA ALLIANCE
~ 2017 CERTIFICATE OF YOGA TEACHING PROGRAM (Phool Chatti Ashram,Rishikesh, India)
1 SETTIMANA, 60 ORE

~ 2025 30 ottobre Seminario “Il mito legato alle asana.” con Marilia albanese 6ore

~ **2026 (giugno)** Formazione 50h Rocket Yoga con Luca Bersani

Esperienza di lavoro

Insegnamento

Insegnamento con continuità dal 2015 ad oggi presso Sati Yoga Rimini con le seguenti attività:
conduzione lezioni di Hatha yoga, Vinyasa Yoga ed Ashtanga Vinyasa Yoga con cadenza settimanale nei seguenti orari:

Martedi sera ore 20:00 Vinyasa Yoga
giovedi sera ore 20:00 Vinyasa Yoga
venerdi ore 13:00 Hatha Yoga
sabato ore 9:00 Hatha yoga
sabato ore 10:30 Ashtanga yoga

Esperienze di lavoro

Dal 2021 al 2025 ho condotto degli approfondimenti teorici e pratici al centro Sati yoga del ciclo di incontri del progetto Vidya, al quale ho partecipato anche con la co-conduzione n.3 incontri di approfondimento pratici e teorici della durata di 4 ore ciascuno, Tra gli argomenti trattati, a titolo esemplificativo: Le Posizioni capovolte mettere il cuore sopra la testa, Posizioni sulle mani, Posizioni di equilibrio.

Dal 2022 al oggi insegno per associazione Mov.ti presso Lago Riviera di Rimini lezioni di hatha yoga nei seguenti orari:
Lunedi ore 16.15
Giovedi ore 16:15

Seminari non certificati

Seminari senza certificazione

Seminari domenicali con Michele Nonis a Barchi con pratiche di ashtanga yoga alla mattina e pratiche di apprendimento nel pomeriggio dal 2017 al 2020

2 seminari con Gabriella Cella (Bologna gennaio 2020 e Milano ottobre 2019)

nel 2020-2021 pratiche online di Ashtanga yoga con Susanna Finocchi e Gabriele Severini

conferenza online e pratica di ashtanga yoga con il Maestro Sharat Jois 2021

Seminario “Il corpo tra realtà e simboli nella cultura filosofica indiana.”
con Marilia Albanese

Seminario sulle posizioni di apertura presso il centro ChadraSurya yoga Rimini di Andrea Farina

seminari di rocket yoga con Luca Bersani dal 2023 ad oggi

Maestri di riferimento

Silvana Bugli, Michele Nonis, Luca Bersani