



TÜRKİYE HERKES İÇİN SPOR FEDERASYONU

YOGA GELİŞİM SEMİNERİ PROGRAMI (KURAMSAL YAKLAŞIM) 24 AĞUSTOS 2019 ANKARA

SAAT	SUNUM	KONUŞMACI
09:30-10:00	FEDERASYON TANITIM (AÇILIŞ)	FEDERASYON
10:00-12:00	ERGONEJİK YARDIMCILAR	DOÇ.DR. FIRAT AKÇA
13:00-16:00	YOGA EĞİTİMİ VE EĞİTMENLİK	ZEYNEP DİNCER BERDİBEK

YOGA GELİŞİM SEMİNERİ PROGRAMI (UYGULAMALI YAKLAŞIM) 25 AĞUSTOS 2019 ANKARA

SAAT	ETKİNLİK	EĞİTMEN
10:00-12:00	YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL ANTRENMANLAR (HIIT)	ÖĞR.GÖR. HAKAN KARABIYIK
13:00-15.00	YOGADA SİNİR SİSTEMİ	SİBEL SÖNMEZ
15:00-17:00	SOMATİK YOGA	SİBEL SÖNMEZ
17:00-18:00	KAPANIŞ ETKİNLİKLERİ (YOGA ÖZEL SPOR SALONLARI HAKKINDA BİLGİLENDİRME, SEMİNER BELGESİ DAĞITIMI)	FEDERASYON