Treviso – 9 e 10 aprile 2016



29° Training di Certificazione Internazionale Leader di Risate

Diventa Leader Certificato di Risate cambia la tua vita in meno di 48 ore e diffondi benessere fisico e gioia di vivere

lasciamo il segno

La Palestra della Felicità®

Che cos'è lo Yoga della Risata?

Lo **Yoga della Risata** è la tecnica **naturale**, più **semplice** e più **potente**, **a disposizione di tutti** coloro che vogliono **migliorare** la propria **qualità della vita** o che operano nei settori del **benessere**, della **formazione** e che vogliono uno strumento per migliorare il proprio e l'altrui **benessere psico-fisico e relazionale** potenziando le doti di **autostima** , **creatività** e **leadership.**

Che cosa impari con il Training?

Impari ad usare **la risata come auto-ricarica** psico-fisica nelle situazioni stressanti e ricevi **tutte le informazioni** teoriche e la **formazione pratica** per:

- **condurre le sessioni** di Yoga della Risata nei diversi ambiti di applicazione
- creare i **Club della Risata**

Chi può partecipare al training?

Tutti coloro che hanno semplicemente voglia di imparare come ri-generare quotidianamente salute e gioia di vivere ed è consigliato a

- Formatori, coach e terapeuti olistici
- Psichiatri, psicoterapeuti, psicologi e counselor
- Medici, infermieri, professionisti ed operatori sanitari
- Insegnanti, educatori, allenatori e preparatori atletici
- Mediatori familiari, mediatori culturali, assistenti sociali
- Assistenti agli anziani, assistenti ai disabili,
- Insegnanti di Yoga e di Fitness, fisioterapisti
- Imprenditori, manager e venditori
- Animatori, speaker, attori, conduttori radiotelevisivi e operatori turistici

Che cosa ottieni con il Training?

1) il **Diploma Internazionale** di **Certified Laughter Yoga Leader** rilasciato dalla Laughter Yoga University

2) il **Manuale in Italiano** del Leader Certificato della Risata con tutte le informazioni su:

- **la storia** degli aspetti terapeutici della risata
- gli **aspetti scientifici** della risata (la psico-neuro-endocrino-immunologia della risata),
- le modalità e le procedure per la **conduzione delle sessioni**,
- le possibili **applicazioni** dello Yoga della Risata nei diversi **ambiti educativi, sportivi, formativi, sanitari ed aziendali**
- le modalità per **creare Club della Risata**
- i **suggerimenti di marketing** per far conoscere questa pratica di benessere nei vari campi di applicazione.

3) le esclusive **Mappe Mentali** de La Palestra della Felicità con tutti i concetti più importanti

4) **6 mesi di accesso gratuito** al sito Laughter Yoga Pro-Zone per ottenere:

- **ricerche ed informazioni scientifiche** sullo Yoga della Risata,
- **suggerimenti pratici** per diffondere questa straordinaria pratica di benessere,
- I **video didattici** per imparare nuove risate provenienti dall'intera comunità internazionale dello Yoga della Risata.

5) **Due fantastiche giornate** piene di sane, naturali e rigeneranti risate in compagnia di straordinarie persone

A questo link trovi alcune testimonianze di chi ha partecipato ai training precedenti.

Porta il tuo corpo a ridere la tua mente lo seguirà

Per ulteriori informazioni sulla partecipazione
info@lapalestradellafelicita.com cell 337447006



PROGRAMMA
Sabato 9 Aprile 2016

08.30
Registrazione partecipanti, informazioni generali sulla logistica e sull'organizzazione.
Foto di Gruppo
Benvenuto, introduzione e storia dello Yoga della Risata
Presentazione dei partecipanti e stretching

Coffee Break – a cura de La Palestra della Felicità
Benefici e controindicazioni
Come realizzare una sessione di risata
Esercizi di riscaldamento per ridere
Sessione di risate - Meditazione della risata – Rilassamento Guidato

13.00 Pausa Pranzo

14.00
Esercizi a coppie per presentare lo Yoga della risata e in gruppo per introdurre la sessione di risate
Sessione di risate
Coffee Break – a cura de La Palestra della Felicità
Giocando con lo Yoga della risata Gibberish
Riepilogo e Inferno e Paradiso

20.30
Cena – Ceneremo insieme a Treviso (pizza o simile) e poi

21.30
Happy Party … con sorpresa

23.00
Buonanotte a tutti e ci vediamo domattina

PROGRAMMA
Domenica 10 Aprile 2016

09.00
Le respirazioni per diventare un bravo Leader di Risate
Le applicazioni dello Yoga della Risata benessere, salute, scuole, aziende palestre, settore sanitario
Coffee Break – a cura de La Palestra della Felicità
Sessione di Yoga della Risata – Esercizi di Riscaldamento - Meditazione della Risata – Rilassamento guidato
La risata del Leader

13.00 Pausa Pranzo

14.00
Modalità organizzative dei Club della Risata
Giornata mondiale della Risata per la Pace
Progettazione di percorsi operativi nei diversi ambiti.
Grounding Dance
Domande, risposte, testimonianze
Consegna Certificati
Foto di fine Training

17.30

Sei un leader di risate
quando tu ridi
tu cambi
e quando tu cambi
tutto il mondo
cambia con te

Porta il tuo corpo a ridere la tua mente lo seguirà

Per ulteriori informazioni sulla partecipazione
info@lapalestradellafelicita.com cell 337447006



Daniele Berti
Laugher Ambassador
Laughter Yoga Leader & Teacher

Il training sarà condotto da Daniele Berti, Gestalt Counselor ed Happiness Coach; diventato Leader di Risate, nel dicembre 2009, con Laura Toffolo, ha conseguito il diploma di Certified Laughter Yoga Teacher sotto la guida dello stesso Dr. Madan Kataria creatore dello Yoga della Risata che lo ha recentemente nominato Laughter Ambassador.

Ha fatto parte del team che nel novembre 2010 ha presentato lo Yoga della Risata al Festival della Scienza di Genova; e come Leader di Risate ha partecipato alle edizioni 2010 e 2011 del Convegno Internazionale sulla Terza Età Gold Age di Rimini.

A giugno 2011, in collaborazione con la sede ASPIC dell'Aquila ha portato lo Yoga della Risata nella città colpita dal terremoto e nell' ottobre dello stesso anno ha presentato lo Yoga della Risata con una relazione scientifica e con una sessione pratica al 3° Convegno Nazionale della Rete Psicologi dell'Associazione Italiana Sclerosi Multipla.



Nel novembre 2011 porta lo Yoga della Risata nelle Case di Riposo per anziani con un ciclo di 15 sessioni con gli ospiti del Cesana Malanotti di Vittorio Veneto.

Nel settembre 2013 al 29° Congresso Nazionale della A.N.A.S.Me.S. Associazione nazionale Specialisti di Medicina Sportiva ha presentato i risultati di una ricerca sui benefici dello Yoga della Risata condotta con l'istituto di Medicina dello Sport .

E' stato invitato in diverse trasmissioni radiofoniche e televisive ed è stato ospite della trasmissione di Radio Uno La Notte di Radio Uno per spiegare come e perché con lo Yoga della Risata puoi imparare ad essere ottimista.



Un suo articolo sugli aspetti psico-neuro-fisiologici dello Yoga della Risata, "L'integrazione tra gli opposti e la neuro-fisiologia del benessere", è stato pubblicato da www.psicolab.net e da Counseling Italia che a questo link ha pubblicato anche "Yoga della Risata: La felicità a portata di mano".

Dal 2013 è stato accreditato come formatore di Yoga della Risata per i Corsi di ECM di formazione per le professioni sanitarie e dallo stesso anno collabora con Challenge Network società di formazione per imprenditori e manager.



A questo link trovi la sua testimonianza di vita con lo Yoga della Risata.

Porta il tuo corpo a ridere la tua mente lo seguirà

Per ulteriori informazioni sulla partecipazione
info@lapalestradellafelicita.com cell 337447006