



Noa

Naurua

Voimaa

Rentoutta

Naurujooga- ohjaajakoulutus



Kenelle

- Haluat lisätä naurua omaan elämääsi
- Sinulla ei ole ohjaaja kokemusta
- Haluat nähdä naurun vaikutuksen elämääsi jo koulutuksen aikana
- Haluat ohjata naurujoogaa ammattimaisesti



Mitä saat mukaasi

- Perustaidot ja syvemmän ymmärryksen naurujoogasta
- Naurujoogaohjaajan käsikirjan
- Madan Katarian e-kirjan, Laugh for no reason
- Naurukortit (10 naurua/kortti)
- Laughter Yoga resources cd:n ja dvd:n
- Diplomin



Kurssin hinta

Kurssin hinta on 1155 € sis alv 24 % (931,45 € alv 0 %)

tähän sisältyy kahvi, tee ja pikku purtavat, sekä kaikki materiaalit

Lähipäivä 1

10:00 Naurusessio
11:15 Kahvitauko/Tutustuminen
12:15 Mitä naurujooga on
13:15 Lounas
14:00 Naurusessio
15:00 Naurusession sisältö
16:30 Kaffetta
16:50 Nauruklubit
18:00 Kotiläksyjen ohjeistus



Lähipäivä 2

10:00 Naurusessio
11:00 Kaffetta
11:20 Kotitehtävien purku
13:15 Lounas
14:00 Naurusessio
15:00 Naurua lasten ja vanhusten kanssa
16:30 Kaffetta
16:50 Naurututkimuksia
18:00 Kotiläksyjen ohjeistus

Lähipäivä 3

10:00 Naurusessio
11:00 Kahvitauko
11:20 Kotitehtävien purku
13:15 Lounas
14:00 Siansaksa
16:00 Kaffetta
16:30 Minä vetäjänä
18:00 Päätös

Kouluttajan CV

- Naurujoogaohjaaja 2005
- Suomen Nauru ry:n puheenjohtaja 2006-2009
- Naurujoogakouluttaja 2008
- Skype laughterclub perustaja ja päävetäjä 2009-
- Naurujoogaopiston rehtori 2012-
- Master Trainer 2014 (ensimmäinen Skandinaviassa)



Nauravainen Anu
+ 358 4055 08179
anu@nauravainen.fi
www.nauravainen.fi
www.naurujoogaopisto.fi