

CALENDARIO DELLA FORMAZIONE*

La formazione ha una durata di 12 mesi per 164 ore complessive e prevede nella fase iniziale l'erogazione della Masterclass di 3 ore LA VIA DELLA MEDITAZIONE.

Seguiranno poi 2 ritiri intensivi, 4 moduli online live, 5 mentoring e 3 cicli di pratica tra gli allievi, l'esame e il tirocinio per affinare la trasmissione della tecnica.

MODALITÀ EROGAZIONE	DATA	DESCRIZIONE	DOCENTI
Masterclass On-Demand 3 ore	<i>Al momento dell'iscrizione</i>	Masterclass On-Demand La Via della Meditazione	Online registrato con Daniel Lumera
mentoring online 2 ore	<i>6 settembre 2023 ore 21</i>	Incontro di apertura	Daniel Lumera
★ modulo online 12 ore	<i>9 e 10 settembre 2023 dalle 10 alle 12.30 e dalle 15 alle 18.30</i>	Primo modulo dedicato alla scienza della meditazione e agli antichi saperi	Daniel Lumera Diletta Marabini
♥ ritiro breve in presenza 3 notti e 4 giorni 28 ore	<i>dal 5 alle 15 al 8 ottobre 2023 alle ore 17</i>	Ritiro intensivo breve residenziale	Daniel Lumera con la presenza dei tutor e dei docenti
I ciclo di kalpa online di 7 gg 3,5 ore	<i>dal 9 al 15 ottobre ore 7am - variabile in base al sondaggio</i>	Primo ciclo di kalpa di gruppo / post ritiro	Tutor Esperti
mentoring online	<i>23 novembre 2023 ore 21</i>	Mentoring di Domande e Risposte	Tutor Esperti

2 ore			
★ modulo online 12 ore	<i>dal 9 al 10 dicembre dalle 10 alle 12.30 e dalle 15 alle 18.30</i>	Secondo modulo dedicato allo stile di vita meditativo	Daniel Lumera Gonzalo Rivas Serena Porciani Paola Castellani
Il ciclo di kalpa online di 14 gg 7 ore	<i>dal 11 al 24 dicembre ore 7am - variabile in base al sondaggio</i>	Secondo ciclo di kalpa di gruppo	Tutor Esperte
★ modulo online 12 ore	<i>dal 13 al 14 gennaio dalle 10 alle 12.30 e dalle 15 alle 18.30</i>	Terzo modulo dedicato all'attitudine e al carisma	Daniel Lumera Gonzalo Rivas Manuela Zavan
mentoring online 2 ore	<i>14 febbraio 2024 ore 21</i>	Mentoring di Domande e Risposte	Tutor Esperti
Workshop Online 5 ore	<i>25 febbraio 2024 dalle ore 10 alle 13 e dalle 15 alle 17</i>	Workshop di approfondimento di tecniche corporee relative alla meditazione	Manuela Zavan
★ modulo online 12 ore	<i>dal 9 al 10 marzo 2024 dalle 10 alle 12.30 e dalle 15 alle 18.30</i>	Quarto Modulo professionalizzante	Valeria Pompili Serena Porciani
♥ ritiro lungo in presenza 4 notti e 5 giorni 35 ore	<i>dal 17 aprile 2024 alle 15 al 21 aprile alle 17</i>	Ritiro intensivo lungo residenziale	Daniel Lumera con la presenza dei tutor e dei docenti

mentoring online <i>2 ore</i>	<i>23 aprile 2024 alle 21</i>	Mentoring post ritiro di domande e risposte	Tutor Esperti
Tirocinio presso My Life Design Academy	<i>Tutto il mese di maggio e giugno 2024 - su base volontaria e a turno</i>	Guida della meditazione delle 7am #CommunityMedita o presso l'Associazione ODV	Ricercatori
III ciclo di kalpa online di 21 gg <i>10,5 ore</i>	<i>dal 1 luglio al 22 luglio 2024 ore 7am - variabile in base al sondaggio</i>	Secondo ciclo di kalpa di gruppo	Tutor Esperte
mentoring online <i>2 ore</i>	<i>12 settembre 2024 alle 21</i>	Incontro di ripasso generale	Tutor Esperte
Esame online <i>3 ore</i>	<i>14 e 15 settembre 2024 dalle 9.30 alle 18</i>	Ripasso ed esami	Tutor Esperte

** tutti gli appuntamenti online saranno disponibili anche successivamente nell'area riservata. Si precisa inoltre che il calendario potrebbe subire delle leggere variazioni.*

— Due ritiri in presenza

Ritiro Breve

Dal 5 all'8 ottobre 2023 si svolgerà il ritiro intensivo in presenza presso l'Hotel Poiano Resort (Garda, Verona)

Ritiro Lungo

Dal 17 al 21 aprile 2024 si svolgerà in ritiro intensivo in presenza presso l'Hotel Poiano Resort (Garda, Verona)

A Garda, nello stupendo scenario del Lago di Garda, nella conca che si forma tra la famosa "Punta San Vigilio" e "La Rocca", sorge Poiano Hotel: un hotel diffuso 4

stelle composto da più edifici ben inseriti nel verde, che offre diversi tipi di sistemazione. Le camere si dislocano in più edifici circondati da giardini e viali alberati, in un clima di totale tranquillità. La palazzina centrale ospita la Spa, la reception, la hall, il bar, la lounge, il ristorante e la terrazza panoramica.



Un romantico vialetto fiorito e ombreggiato conduce a due palazzine, che si affacciano sul Lago di Garda, dove si trovano il grande Centro Congressuale e alcune delle camere.

Le camere sono curate con amore per ogni dettaglio. Design classici dai toni caldi, pavimenti in legno, bagni confortevoli e terrazzi o balconi arredati... per godersi la leggera brezza delle serate estive, i profumi mediterranei e l'incantevole vista del Lago di Garda.