

BREATHWORK FACILITATOR TRAINING 2027

Esperto in Tecniche Respiratorie — Il Tempio del Respiro

Sede: Solo in Presenza a Mestre (VE) presso "Studium Yoga"

Inizio: Gennaio 2027

Docente Principale: Claudio Cedolin

Il Potere del Respiro

Dopo oltre vent'anni di ricerca e pratica, prende il via a gennaio 2027 la seconda edizione di un percorso formativo assolutamente inedito per vastità e profondità dei contenuti. La respirazione non è solo una funzione fisiologica, ma una forza vitale capace di guidare, guarire e trasformare radicalmente l'esistenza umana.

I Benefici della Pratica

Attraverso lo studio e la pratica consapevole, i partecipanti potranno sperimentare e apprendere come trasmettere benefici concreti:

- **Riduzione di ansia** e gestione dello stress cronico.
- **Regolazione profonda** delle emozioni e riequilibrio del sistema nervoso.
- **Recupero di energia**, incremento della vitalità e miglioramento della qualità del sonno.
- **Massima lucidità** mentale e raggiungimento dello stato di flow.
- **Apertura spirituale** verso una dimensione più profonda dell'essere.

Il Programma Didattico

Modulo 1: Fisiologia e Neuroscienze

Un'esplorazione scientifica dei regolatori del respiro, lo studio della teoria polivagale, l'analisi delle onde cerebrali, la coerenza cardiaca (HRV) e i meccanismi di produzione dell'ossido nitrico. Le respirazioni ormetiche

Modulo 2: Metodologie Scientifiche

Apprendimento tecnico e pratica intensiva basata su protocolli validati: Metodo Buteyko, Oxygen Advantage, pratiche ormetiche e il Metodo Wim Hof, inclusa l'esperienza dell'esposizione controllata al freddo.

Modulo 3: Stati di Coscienza

L'utilizzo del respiro come chiave di accesso alla psiche: respirazione ologica, rebirthing, respirazioni circolari, tecniche di rilascio emotivo e protocolli NSDR (Non-Sleep Deep Rest) per il rilascio dei traumi. Esperienza di Capanna Sudatoria tradizionale.

Modulo 4: Tradizioni Antiche

Integrazione della saggezza millenaria: tecniche avanzate di Pranayama (Sama Vritti, Bhastrika), sequenze dinamiche di Qi Gong, meditazione di consapevolezza, antiche tecniche Sufi e la pratica tibetana del Tummo.

A Chi è Rivolto

Il corso è strutturato per chi desidera sviluppare una solida consapevolezza e centratura interiore. È particolarmente indicato per:

- **Professionisti** dell'educazione, della cura e della salute mentale.
- **Operatori** nelle relazioni d'aiuto, coach e counselor.
- **Praticanti** con una disciplina spirituale avviata che desiderano approfondire il proprio percorso attraverso la via maestra del respiro.

Struttura e Modalità

- **Durata:** 80 ore complessive suddivise in 9 giornate di formazione intensiva.
- **Modalità:** Esclusivamente in presenza a Mestre, per garantire l'efficacia dell'esperienza immersiva e la coesione del gruppo.
- **Diploma Finale:** Al termine del percorso verrà rilasciata la qualifica professionale di *Breathwork Facilitator*, riconosciuta a livello nazionale e internazionale.

Calendario degli Incontri 2027

Data	Sessione	Dettagli
Sabato 16 Gennaio	1° Incontro	Introduzione e Fondamenti
Sabato 30 Gennaio	2° Incontro	Fisiologia Applicata
Sabato 13 Febbraio	3° Incontro	Metodi Scientifici
Sabato 20 Febbraio	4° Incontro	Respiro Sciamanico
Domenica 21 Febbraio	5° Incontro	Capanna Sudatoria (Revine Lago, TV)
Sabato 6 Marzo	6° Incontro	Stati di Coscienza
Sabato 13 Marzo	7° Incontro	Metodo Wim Hof & Immersione nel Ghiaccio
Sabato 3 Aprile	8° Incontro	Integrazione e Tradizioni
Sabato 10 Aprile	9° Incontro	Consegna Diplomi e Celebrazione

Nota Bene: La partecipazione alla capanna sudatoria prevede un contributo supplementare di 50€ da regolare direttamente il giorno dell'evento.

Il Docente

Claudio Cedolin

Autore, mental coach e insegnante di yoga, dirige il centro professionale Studium a Mestre. Autore del volume *"Il Tempio del Respiro"*, Claudio condensa decenni di ricerca sulle potenzialità trasformative della respirazione. Come Maestro riconosciuto, integra sapientemente neuroscienze, psicologia applicata e tradizioni millenarie per offrire un approccio pratico, profondo e accessibile a tutti.

Il Team di Supporto

Il percorso è arricchito dal contributo di un team multidisciplinare:

- **Luisa:** Specialista in Anatomia Funzionale.
- **Michela Coceancigh**
- **Denilson Zanotto**
- **Maria Squillace**
- **Mauro Scanferla**

Quote di Partecipazione e Iscrizioni

- **Quota standard:** 1.200 €
- **Promozione Early Bird:** 1.020 € (Sconto del 15% per iscrizioni confermate entro il 30 Settembre)

Modalità di Iscrizione

L'iscrizione si considera perfezionata previo invio dell'acconto (300€) tramite bonifico bancario:

Claudio Cedolin

IBAN: IT35G0200802003000100507253

Causale: corso respiro 2027, acconto (o saldo)

e invio della ricevuta

Informazioni e Contatti

Per approfondimenti sul programma o per fissare un colloquio conoscitivo:

- **Referente:** Claudio Cedolin
- **Telefono:** 347 0564778
- **Email:** respirochecura@gmail.com
- **Sede delle lezioni:**  Place Studium Yoga – Mestre (VE)