

瑜伽教练培训班 南京瑜伽教练培训 合肥粹缘瑜伽教练培训

产品名称	瑜伽教练培训班 南京瑜伽教练培训 合肥粹缘瑜伽教练培训
公司名称	合肥粹缘文化传播有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	合肥市北城一期财富中心2号8楼
联系电话	18855130313

产品详情

瑜伽老师进入教学瓶颈期，帮你提高课程质量；亲爱的，你不是体式没的讲了，而是你除了会讲怎么做姿势，别的就讲不出来了！这是很多新瑜伽老师遇到的问题：没得讲，能用的体式满足不了会员的需求，学过的体式讲烦了，想破脑洞也搞不出的串联。会员对瑜伽课程的新鲜感也少了，更没有期待和惊喜的感觉。于是瑜伽老师便挖空心思学新体式，满网搜索体式串联，可是这些又用完了，咋办呢？课程没有新意，缺乏生机，是因为老师把瑜伽练习局限在身体姿势上，觉得掌握很多高难度体式就是的瑜伽课程。这个意识本身就是局限的，这样的教学也是刻板保守的。一、的瑜伽体式串联不是刻板的动作排列，而是对身体的功能性练习。二、引导大家通过体式练习身体，而不是通过身体练习体式。

如何突破瑜伽教学瓶颈期？我们教学中所遇到的瓶颈，是在提醒你需要扎实做课程，需要向内深入，瑜伽教练培训班，打开自己局限的边界，走入新的知识领域了。你应该学会跳出之前的教学思维，走入新的领域去探索。所以，在瓶颈期来的时候，不要气馁和灰心丧气，而是向内看自己，训练自己安静下来，再带着这颗安静的心，南京瑜伽教练培训，去学习更深的知识，而不是在表浅的知识层打转。

如何突破瑜伽教学瓶颈期？很多人只是看着目前什么课程火，就追什么课程。会员需要什么，专业瑜伽教练培训，就去学习什么课程。甚至学习了很久，还是停留在体式怎么做，如何做出花样繁多的姿势，而没有向更深的领域前进。突破自身局限，探索新领域

；瑜伽老师在教了一段时间的瑜伽课后，往往会进入瓶颈期：那些体式都讲了N遍，连变体都讲得够够的了，感觉没什么新内容能讲了...很多人自己都不知道该学什么，或者学来学去，还是不清楚自己要做什么样的课程。只是看着目前什么课程火，就追什么课程；会员需要什么，就去学习什么课程。甚至学习了很久，还是停留在体式怎么做，如何做出花样繁多的姿势。而没有向更深的领域前进。其关键原因是：不愿意了解自己，习惯了回避问题；对瑜伽的认识缺乏更深度的了解，反复做自己习惯的事情；缺

乏自己独立的思考能力和判断能力，别人做什么，自己就追什么。

瑜伽教练培训班-南京瑜伽教练培训-合肥粹缘瑜伽教练培训由合肥粹缘文化传播有限公司提供。合肥粹缘文化传播有限公司（www.cuiyuanyoga.com）拥有很好的服务与产品，不断地受到新老用户及业内人士的肯定和信任。我们公司是全网商盟认证会员，点击页面的商盟客服图标，可以直接与我们客服人员对话，愿我们今后的合作愉快！