**Елена Ульмасбаева**

**Сертификат: Intermediate Senior 3 / Level 3**

Друзья, я рада, что я вас  заинтересовала как предполагаемый наставник, проводник в йоге и старший преподаватель!

На сегодняшний день я могу предложить вам, как своим подопечным, следующие виды активности:

- Регулярные очные классы в Йога Практика на Пресне (г. Москва) согласно расписанию на сайте [yoga.ru](http://yoga.ru/):  
Пн 10.00 / Чт 12.00 / Вс 12.00 (иногда 8.30);  
- Участие в семинарах в Дзен отеле - они проходят 3-4 раза в год, (информация на сайте [yoga.ru](http://yoga.ru/)) - и других моих регулярных мастер-классах и семинарах, в том числе и в других городах;  
- Участие в моих авторских онлайн курсах Женская Практика с пакетом Премиум (там есть Зум уроки), информация на сайте [ulmasyoga.ru](http://ulmasyoga.ru/);  
- Ассистирование во время очных уроков, на мастер-классах и семинарах;  
- Ассистирование во время онлайн уроков для платформы I-Practika, для курсов Женская Практика и других онлайн программ;  
- Ассистирование в терапевтическом классе в Йога Практика на Пресне (время уточняется, начнется в январе 2024 года).  
- Обратная связь через ТГ чат, где я буду отвечать на ваши вопросы по практике и преподаванию и координировать ассистирование.

Классы, семинары, мастер-классы оплачиваются по обычной схеме, вы просто ходите заниматься, но я знаю что вы - мои подопечные.

Ассистирование свободно от оплат, вы приходите мне помогать и одновременно учитесь у меня. Для того, чтобы прийти ассистировать куда либо, нужно спросить разрешения.  
  
Если вы хотите стать моими ближними учениками, то свяжитесь со мной любым удобным для вас способом:  
ТГ или вотсап  89167238769  
почта [ulmas@yoga.ru](mailto:ulmas@yoga.ru)  
  
Сообщите о себе следующие данные:  
- Имя, Фамилия, дата рождения;  
- в каком городе, населенном пункте вы живете?   
- с какого года занимаетесь йогой Айенгара и у кого?  
- есть ли у вас какой-то сертификат из Пуны или сертификат Йога Практика?  
- занимаетесь ли вы преподаванием и как давно?  
- принимали ли вы участие в каких-либо мероприятиях в Пуне, Беллуре, или, может, приезжали в Институт для  обучения?  
- имеете ли вы проблемы со здоровьем, если да, то какие?  
  
После того, как я получу ваше сообщение, постараюсь ответить на него и, если все нормально, добавлю вас в отдельный ТГ чат и дальше идем вместе!