

Blaž Bertoncelj

Blaž že od leta 1998 let ljudi (in sebe) uči, kako si lahko z različnimi metodami pomagamo živeti bolj uravnoreženo. Kaj pomeni uravnoreženost telesa-uma? Kaj sploh je življenje v ravnorešju?

Iz Blaževe perspektive se ravnorešje izraža v načinu delovanja, ki je lahko sočasno produktivno, ustvarjalno in sproščeno.



Blaž že od svoje zgodnje mladosti s svojim delovanjem in ne le »filozofiranjem« demonstrira moč joge in azijskih duhovnih konceptov – v zgodbi svojega življenja.

Z integracijo lastnega telesa, uma in duha je presešel svoje omejitve in vkljub prepričanju njegovih trenerjev da je to zanj »nemogoče«, postal pri 16-letih trikratni državni mladinski prvak v badmintonu. V tem času se je več let intenzivno ukvarjal z borilnimi veščinami in sočasno spoznaval notranje tehnike joge in meditacije. Jogo je več let izvajal sam, nato pa v času študija na fakulteti začel jogo leta 1998 tudi poučevati. Po končanem univerzitetnem študiju se je zaposlil v Ministrstvu za notranje zadeve in opravljal delo kriminalista ter sočasno ljubiteljsko poučeval jogo in vodil seminarje obvladovanja stresa.

Leta 2003 je odprl prvi sodoben joga center v Sloveniji (takrat imenovan Namaste joga center), leta 2009 pa Parinama center. Poleg joge uči tudi somatiko (v programu Zdrava hrbtenica) ter vodi založbo, ki izdaja različna dela, katerih avtor je sam. Uči tudi seminar obvladovanja stresa za podjetja in posameznike ter vodi šolo joge, tajske masaže in joga terapije. Je avtor več kot 100 člankov o jogi in masaži, knjige z naslovom Joga – transformacija telesa , DVD-ja z istim naslovom, terapevtskega DVD-ja Zdrava in vitalna hrbtenica ter serije avdio zgoščenk o dihanju in obvladovanju stresa.



Blaž spodbuja svoje tečajnike (-ce), da lahko s pomočjo različnih tehnik in samo-zavedanja v sebi ponovno odkrijejo :

- svojo notranjo moč,
- moč , gibljivost in lahkotnost telesa,
- umirjenost in jasnost uma ,
- spontano radost kot rezultat odpiranja srca in kultiviranja stika s sedanjim trenutkom.

Formalno izobraževanje v Sloveniji

- Diplomant Fakultete za družbene vede (sociologija - kadrovski menedžment)
- Interno izobraževanje v okviru Ministrstva za notranje zadeve in usposabljanje z ameriško agencijo FBI (kriminalistično izobraževanje)



Formalne šole joge (1.600 ur)

5 različnih šol joge (dolgotrajni strokovno izobraževalni in izkustveni programi)

- **ANANDA JOGA, ZDA (2000)** – učiteljski program joge (učenje Paramhansa Yoganande);
- **ISFIY - ITALIJA (2003 – 2007)** – 4 letni učiteljski program tradicionalne joge v okviru evropske federacije joge;
- **KDHAM – LONAVLA , INDIJA (2007)** – 250 urno izobraževanje iz tradicionalne joge (Advanced teacher training of yoga);
- **DONA HOLLEMAN (2007 – 2010)** - 3 letni učiteljski program joge (Iyengar joga);
- **POST GRADUATE COURSE OF YOGA** (Krishnamacharya yoga healing foundation), Avstrija (2012-2014) – 250 urni program



Več mesečni & tedenski neodvisni študij (1.500 ur)

- **Joga terapija, pranajama, meditacija & joga psihologija:** Desikachar (TKV & Kaustub) ter KYM (Krishnamacharya yoga mandiram) (600 ur) - Chennai, Indija in Nemčija-Avstrija
- **Iyengar joga & joga terapija:** Aadhil Palkhivala (250 ur) - Anglija-Nemčija
- **Iyengar joga:** Manuso Manos - & TH Arun (150 ur) – ZDA – Nemčija - Bangalore, Indija
- **Iyengar joga & anatomija fascije:** Francois Rault, Thomas Myers (50 ur) - Francija
- **Regenerativna joga:** Judiht Lasater (70 ur) - Francija & Kalifornija
- **Vinjasa joga program:** White lotus foundation (60 ur), Kalifornija
- **Joga sutre in Bhagavad Gita:** swami Anubhavananda (50 ur) – Lonavla, Indija
- **Joga in Upanišade (50 ur):** dr. Kausthub Desikachar, Francija 2012
- **Pranajama:** Sri. O.P. Tiwari (30 ur) – Lonavla, Indija
- **Meditacija in notranje tehnike joge:** Ananda Assisi, Italija – učenje duhovnega učitelja Parmahansa Yoganande (200 ur v obdobju od 2002-2006)



Joga terapija (700 ur)

- **Svastha terapevtska šola joge z dr. Ganesh Mohanom (2012-2014),** Praga, Češka (300 ur)
- **Iyengar joga terapija seminar,** Maribor, Slovenija, 2013 (40 ur)
- **Joga terapija, pet dnevni program,** Tias Little, London (40 ur), 2011
- **Joga terapija, pet dnevni program,** Douhg Keller, Nemčija (40 ur), 2012
- **Iyengar joga terapija in fizioterapija z Julie,** London, 2015 (40 ur)
- **Joga terapija v tradiciji Krishnamacharye,** SKY, Chennai, Indija, 2014-2015 (250 ur)

**Specializirani
skype (na daljavo)
izobraževalni
programi iz
indijske joga
tradicije (300 ur)**

- **Pranajama: 42 ur**
- **Hatha joga pradipika: 60 ur**
- **Mudre in bande: 40 ur**
- **Mantre: 30 ur**
- **Joga sutre (2013 – se nadaljuje): 150 ur**



**Somatika
(1.200 ur)**

- **Body mind centering:** (Nemčija/ Italija/ Anglija) – certificirani somatski gibalni pedagog (SME) – (500 ur)
- **Šola Tomas Hanna somatike:** Kalifornija, ZDA (2009 – 2012) (350 ur)
- **Rosen metoda** - ZDA (Kalifornija) - 10 dnevni seminar z utemeljiteljico metode ga. Rosen, (80 ur)
- **Dihanje in somatika**, 5 dnevni seminar v Berlinu, Body mind centering, 2012, (40 ur)
- **Feldenkrais metoda** - (Kalifornija) – 3 dnevni intenziv v Esalen inštitutu)
- **Feldenkrais učiteljski program z Mio Segal** (Nemčija) – v programu, 2014-2017 (720 ur)



Masaža (700 ur)

- **ITM (1998 – 2010)** - tajska šola Nuad Bo Rarn (tradicionalna tajska masaža) v Chiang Maiu (učiteljski program in osebna asistenca na mednarodnih programih šole ITM (600 ur)
- **Program in izpit iz manualne masažne terapije (2003):** Fakulteta za zdravstvo (50 ur)
- **Chi nei tsang – abdominalna masaža pri Mantak Chii**, Tajska (50 ur), 2011
- **Tajska masaža na stolu, ITM šola Chiang Mai**, Tajska (15 ur), 2011

**Skupno število izobraževalnih programov:
6.000 ur (v obdobju 2000 – 2015)**

Podrobno opisani, kompleksen, dolgotrajen študij različnih disciplin in samo-raziskovanje Blažu omogoča učiti jogo, somatiko in programe obvladovanja stresa na celosten in učinkovit način.

Prepričajte se sami, da lahko to znanje in izkušnje - koristi tudi Vam !