



Los cursos están abiertos a todas aquellas personas que, teniendo ya una cierta experiencia en la práctica del YOGA, desean profundizar como base para avanzar en su propia práctica y conocimiento además de tener interés específico en prepararse para la docencia y la enseñanza del YOGA en sus diversas aplicaciones.

El PROGRAMA COMPLETO de formación propone los siguientes niveles con sus correspondiente certificación y Diploma:

- Nivel 1 - Instructor de Yoga - 200 horas
- Nivel 2 - Profesor de Yoga - 200 horas
- Nivel 3 - Master de Yoga - 100 horas

FORMACIÓN COMPLETA: 500 horas

- Nivel de Postgrado. Cursos de Especialización
- Nivel de Programa Superior. Teaching Yoga
- Nivel de Formador de Profesores Yoga. Personalizada

Los Formadores y Profesores que imparten las diversas materias, provienen de formaciones, linajes y experiencias diferentes. Están especializados en los temas que desarrollan, tienen extensa experiencia que los avalan, y sobre todo, una vida dedicada a la propia Sādhana. El docente es un "estimulador" de los procesos personales de crecimiento más que un transmisor de contenidos preconfeccionados. Nuestra Enseñanza y Diplomas están reconocidos por las siguientes instituciones:



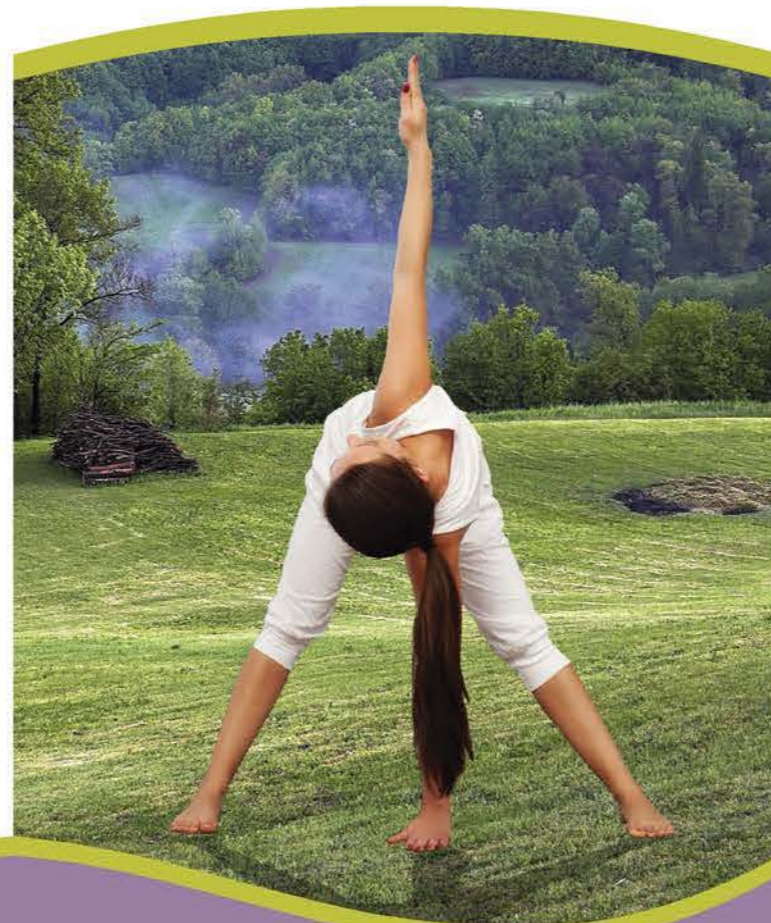
MADRID
Sede Central
C/ Fuencarral 134 - 28010
MADRID (ESPAÑA)
91 4166881 - 648 078 824 - 91 3093607
info@escueladeyoga.com

ELCHE
965 446 674
MALLORCA
661 677 631 - 648 078 824

SANTIAGO
661 677 631 - 648 078 824
ANDALUCÍA
600 845 595 - 609 035 488

www.escueladeyoga.com
www.escueladeyogaonline.com
www.clasesdeyogaonline.com

Formación de Profesores de Yoga PROGRAMA



LA FORMACIÓN DE PROFESORES DE YOGA

Precisión, Integración y Conciencia

El prestigio de la Escuela Internacional de Yoga es dado por el reconocimiento que le han otorgado las organizaciones de Yoga más importantes. Ese prestigio, y aquello por lo que la Formación de Profesores de Yoga es conocida, está basado en una formación humana que tiene como objetivo el desarrollo integral del Ser.

La Formación se propone como un proceso intenso en el que el alumno tiene la oportunidad de conocer y profundizar en las herramientas que le proporciona el Yoga, dependiendo de sus propias capacidades, anhelos y experiencias, sin dejar de lado la tradición milenaria pero abordando los diferentes aspectos que conforman una visión integradora, evolucionista y abierta.

La Formación propone un Yoga basado en el desarrollo de la sensibilidad, la conciencia sensorial, la atención sostenida, la fluidez, la respiración consciente y la autoindagación. Todo ello encaminado al despertar de la conciencia y la realización del Ser en libertad. Estimula a los alumnos en la escucha del cuerpo, en la comprensión de los procesos psicometales y en recobrar conexión, integridad y apertura dentro de sí mismos.

La metodología es eminentemente práctica y facilita al alumno una experiencia directa y personal, un entendimiento objetivo, el espacio adecuado para despertar sus propios potenciales y los conocimientos teórico-prácticos que crean la base de una formación honesta y lúcida. El Programa de Formación es una propuesta: integradora, inclusiva, abierta, honesta, sensible y evolucionista.

PRESENCIAL - ONLINE - RESIDENCIAL

ॐ नमः शिवाय ॐ नमः शिवाय

Instructor de Yoga - Nivel 1

Dirigido a alumnos que ya poseen una cierta práctica.

Este curso proporciona un importante crecimiento integral. Aporta las condiciones necesarias para acometer un gran paso en el propio camino de evolución. Ofrece las bases y principios del Yoga para una vida de Paz y Armonía. La Metodología consiste siempre en buscar la simplicidad, la sinceridad, la honestidad y la vivencia directa.

A través de la técnica y la comprensión de las posturas, el movimiento y los elementos que componen una clase completa de Yoga, el alumno adquiere una adecuada preparación tanto teórica como práctica.

ÂSANA

Una clase completa de Yoga
La Serie de Rishikesh
Surya Namaskar
Las Posturas básicas
Beneficios y Contraindicaciones
Series Free Style
La técnica : fundamentos

FILOSOFÍA E HISTORIA

Fundamentos Culturales
Historia del Yoga
Sendas del Yoga:

Karma Yoga - Bhakti Yoga
Raja Yoga - Jñana Yoga
Hatha Yoga - Nada Yoga

PRÂNÂYÂMA

Conceptos Generales
Técnicas de Respiración
Prânâyâmas básicos
Shatkarman

Grandes Maestros
Filosofía Samkhya
Yoga Sutra de Patânjali
Estudio del Bhagavad Gita

PSICOLOGÍA

La Consciencia
La autoindagación
La escucha sanadora
El proceso transformador

PEDAGOGÍA

Metodología de una clase
Voz, impostación y ritmo
Lenguaje Corporal
Instrucciones para enseñar
Correcciones básicas
Ajustes básicos
Niveles
Aspectos Formativos
El acompañamiento

ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

La Vida
Sistema Respiratorio
Sistema Óseo y Muscular
Sistema Digestivo
Sistema Circulatorio
La Pelvis
Miembros Inferiores

MEDITACIÓN

Pratyahara y Dhâraṇa
La Atención Plena
Asanas de Meditación

Profesor de Yoga - Nivel 2

Dirigido a alumnos que poseen la titulación de "Instructor de Yoga" y a profesores o instructores, diplomados por otras escuelas, cuya titulación pueda ser convalidada por la Escuela Internacional de Yoga.

Este curso proporciona la profundización necesaria para completar, vivenciar y experimentar el Yoga como la gran oportunidad de despertar a una conciencia evolutiva, inclusiva y abierta. Ayuda a generar los recursos que preparan para transmitir a los demás.

El proceso orgánico y dinámico de la práctica del Yoga se realiza desde una mayor conciencia y comprensión. Se mira hacia la creatividad y la integración. Se asientan los pilares que sostienen un enfoque que engloba diferentes formas de hacer, diversas maneras de enseñar y nuevas posibilidades de renovar las propias pautas desde la sensibilidad y la experiencia.

ÂSANA

Metodología Integradora
Las Series. Vinyasa Krama
Creatividad y Coherencia
Los Grupos de Posturas
Vinyasas
Series y Estilos de Hatha Yoga
La técnica : su evolución

PRÂNÂYÂMA

Bhanda
Respiración Consciente
Prâna y Energía
Shatkarman

MEDITACIÓN

Práctica Avanzada
Mindfulness

YOGA NIDRA

PSICOLOGÍA

Psicología y Espiritualidad
Estados de Conciencia
El Silencio

FILOSOFÍA

Los Textos Clásicos
Vedas y Upanishads
Filosofía Vedanta y Advaita
Hatha Yoga Pradipika

PEDAGOGÍA

Expresión y Voz
Creatividad en las Instrucciones
Diseño de clases y series
Variantes
Lesiones y Dolencias
Soportes y Ayudas
Ajustes avanzados

ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

Sistema Nervioso
Sistema Endocrino
Sistema Inmune
Fisiología aplicada al Yoga

FISIOLÓGÍA SUTIL

El Cuerpo Energético
Fisiología Sutil Aplicada
Sistema de Nadis y Chakras

ॐ नमः शिवाय ॐ नमः शिवाय

Master de Yoga - Nivel 3

Dirigido a alumnos que ya poseen la titulación de "Profesor de Yoga - Nivel 2" y a profesores titulados por otras escuelas, cuya titulación pueda ser convalidada por la Escuela Internacional de Yoga.

Este curso proporciona una gran motivación y la oportunidad de compartir la propia experiencia junto a compañeros y formadores en varios días de convivencia consciente: un encuentro vivencial que favorece las relaciones interpersonales y profundiza en áreas especializadas que capacitan al Profesor-a de Yoga en su quehacer diario consigo mismo y con los demás.

Es el nivel que proporciona la capacidad de enseñar a los demás, desde la propia experiencia y los conocimientos adquiridos. Sensibilidad y respeto por los procesos y la realidad de los demás conforman su núcleo.

Es el final de la Formación Completa como Profesor Master de Yoga pero el comienzo de la gran aventura de la vida en su más elevada expresión: aquella que nos da la oportunidad de acompañar a los demás y transmitir conscientemente experiencia y amor.

HATHA YOGA

Yoga de Precisión
Yoga Dinámico
Yoga para la Diversidad Funcional
Yoga con soportes y ayudas
Yoga para embarazadas
Yoga Free Style

ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

Anatomía de Localización
Comprensión Anatómica de la Práctica de Yoga

PRÁCTICA PERSONAL

Para garantizar la práctica regular del alumno, acorde a las enseñanzas que está recibiendo, así como para facilitarle las clases y propuestas necesarias para que su formación práctica sea completa, es necesario un compromiso de dedicación de, al menos 3 horas semanales.

PEDAGOGÍA AVANZADA AJUSTES AVANZADOS MINDFULNESS

FILOSOFÍA

Tantrismo
Filosofía comparada

PSICOLOGÍA

La Mente y el Yoga
La muerte y el Yoga
Sexualidad Consciente
Perspectiva Integral

Programas de Postgrado Cursos de Especialización

Estos cursos están orientados a completar la formación del Profesor de Yoga, al profundizar en contenidos que aportan un alto grado de especialización en la aplicación práctica de su actividad pedagógica.

Son cursos de corta duración: 3-4 módulos

Yoga en la Educación

Yoga Restaurativo

Anatomía y Yoga

Yoga Nidra

Meditación y Mindfulness

Sensory Awereness

Nada Yoga - Mantra Yoga

Ayurveda

Yoga para Embarazadas

Yoga en la Diversidad Funcional

Dynamic Vinyasa Yoga

Flow Yoga y Free Style

Anatomía para el Movimiento® Método B. Calais-Germain

PRÁCTICA PEDAGÓGICA

La Escuela Internacional de Yoga pone sus salas a disposición del alumno para la práctica pedagógica, en los horarios disponibles. Durante el curso, la Escuela ofrece a sus alumnos de Segundo Nivel la posibilidad de impartir clases reales para la práctica de la pedagogía. Dicha clase es de libre acceso y será gratuita para los alumnos inscritos en la Formación de Profesores así como para cualquier alumno inscrito en las clases diarias.

FORMACIÓN ONLINE

Siguiendo los estándares de excelencia que caracteriza los Programas de Formación de Profesores de Yoga en la modalidad presencial, la Escuela Internacional de Yoga ha consolidado en su plataforma OnLine la misma formación completa. Está especialmente diseñada para el fácil manejo y la disponibilidad constante. El alumno recibe una formación de alto nivel desde cualquier lugar del mundo, en todo momento.

Con la misma intención, la escuela pone a disposición de cualquier practicante de Yoga el acceso a Clases de Yoga OnLine.

www.escueladeyogaonline.com www.clasesdeyogaonline.com