

ॐ नमः शिवाय



A quienes van dirigidos los cursos

Los cursos están abiertos a todas aquellas personas que, teniendo ya una cierta experiencia en la práctica del YOGA, desean profundizar en el conocimiento de esta disciplina, sea como crecimiento personal y como base para perfeccionar su propia práctica y experiencia, sea por un interés específico en prepararse para la docencia y la enseñanza del YOGA en sus diversas aplicaciones. Existen 5 niveles con sus correspondientes Diplomas:

1. Instructor de Yoga -200 h.
2. Profesor de Yoga Asistente -200 h.
3. Profesor de Yoga -160 h. **MASTER FORMACIÓN COMPLETA 560 horas**
4. Cursos de Especialización **POSTGRADOS**
5. Formador de Profesores Yoga

Los Formadores, Maestros y Profesores que imparten las diversas materias, provienen de formaciones y experiencias diferentes. Están especializados en los temas que desarrollan, tienen extensos currículos que los avalan y, sobre todo, una vida dedicada a la propia Sâdhana. 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:



FEDERACIÓN ESPAÑOLA
DE YOGA PROFESIONAL
Miembro Fundador



EUROPEAN YOGA FEDERATION
Miembro del Consejo Directivo



YOGA ALLIANCE
Escuela Certificada



THE WORLD COMMUNITY
OF INDIAN CULTURE
& TRADITIONAL DISCIPLINES



Escuela
Internacional
de Yoga

Dirección: Mayte Criado
(Yogaçarini Madâlâsâ)

www.escueladeyoga.com

Sedes



Escuela en Madrid
(sede Central)
C/López de Hoyos 120
28002-Madrid
91 416 68 81 - 630 18 42 74
info@escueladeyoga.com



Escuela en Marbella
C/ Tolox, 5
29670-San Pedro de Alcántara
952 77 56 34 - 630 18 42 74
infomarbella@escueladeyoga.com



Escuela en Mallorca
Plz/Alexander Fleming 13 Bjs
07004-Palma
600 43 48 12
infobaleares@escueladeyoga.com



Escuela en Elche
C/ Federico García Lorca 2
03204- Elche Espigol Salut Natural
965 44 66 74
info@espigol.es

Formación de Profesores de Yoga



Escuela
Internacional
de Yoga

ॐ नमः शिवाय



Escuela Internacional de Yoga

La Formación que imparte la ESCUELA INTERNACIONAL DE YOGA, está avalada por la YOGA ALLIANCE (200h y 500 h); por la EUROPEAN YOGA FEDERATION y por la FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE YOGA PROFESIONAL.

Los cursos siguen una enseñanza muy intensa encaminada a formar docentes preparados en los diferentes aspectos de esta disciplina tradicional, con una sólida base teórica, un buen dominio de las técnicas psicofísicas y una segura metodología didáctica. La enseñanza es, eminentemente, práctica. La disposición al crecimiento personal, la actitud vital y la propia sadhana (práctica personal) son imprescindibles para acometer esta formación.

Los programas están resumidos en este desplegable y engloban el estudio y la práctica de las técnicas del Hatha Yoga, filosofía, historia, psicología, arte, música, salud y espiritualidad. En cada curso se contemplan y practican diferentes estilos de yoga con el fin de que el futuro profesor conozca otras técnicas y pueda integrar, tanto en su vida como en su enseñanza, diferentes conocimientos y experiencias. De hecho, en la Escuela Internacional de Yoga, no se trabaja con referencias a ninguna escuela o filosofía específicas. Se enseña en el respeto absoluto a todas las creencias y caminos personales.



Actividades en la Escuela

La Escuela Internacional de Yoga, dentro de su programación anual, ofrece, en cualquiera de sus sedes un amplio abanico de posibilidades para acercarse a la práctica del Yoga: Clases Diarias de Hatha-Yoga, (varios estilos), Meditación, Yoga Nidra, Nada y Mantra Yoga, Cursos para todos los niveles.

La Escuela organiza, además, cursos intensivos, residenciales y retiros, encaminados a enriquecer la formación de los alumnos. Son una experiencia única de estímulo y una oportunidad para los futuros instructores y profesores que, además, reciben un certificado que acredita su participación.

ॐ नमः शिवाय ॐ नमः शिवाय ॐ नमः शिवाय ॐ नमः शिवाय



Instructor de Yoga

Dirigido a alumnos que ya poseen una cierta práctica. Es aconsejable concertar un encuentro con la dirección.

Modalidad A	Modalidad B
De 6 a 9 fines de semana y un retiro de 3 a 7 días	Una tarde a la semana todos los jueves mas 1 retiro de 3 días
Duración: 200 Horas - Clases presenciales	

FILOSOFÍA E HISTORIA

- Fundamentos Culturales Generales
- Historia del Yoga
- Sendas del Yoga:
- Jñana-Karma-Bhakti-Raja
- Hatha-Kundalini-Nada Yoga
- Grandes Maestros • Filosofía Samkhya
- Estudio del Raja Yoga
- Estudio del Bhagavad Gita.

MEDITACIÓN

- Fundamentos Generales
- Concentración y Atención
- Asanas de Meditación • Práctica Personal.

PRANAYAMA

- Fundamentos y Conceptos Generales • El Prana
- Técnicas Respiratorias • Pranayamas Básicos.
- Su Enseñanza • Kriyas. Shatkarman.

ANATOMÍA

- Anatomía y Fisiología I
- Fisiología Aplicada al Yoga I
- Respiración • Sistemas. Yoga y Respiración.

PEDAGOGÍA

- Metodología de una Clase de Yoga
- Voz, Impostación y Ritmo del Enseñante
- Lenguaje Corporal • Surya Namascar
- Instrucciones para enseñar Posturas (Āsana)
- Correcciones y Ajustes Anatómicos
- Beneficios y Contraindicaciones
- Diseño de Clases para Distintos Niveles
- Pedagogía y Aspectos Formativos.



Profesor de Yoga Asistente-Nivel Avanzado

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

Modalidad A	
De 6 a 9 fines de semana y un retiro de 3 a 7 días	
Duración: 200 Horas - Clases presenciales	

FILOSOFÍA E HISTORIA

- Profundización en la Filosofía Hindú
- Introducción a los Textos Clásicos: Vedas - Upanishads
- Filosofía Vedanta y Advaita Vedanta
- Budhismo • Introducción al Tantrismo
- Hatha Yoga Pradipika

MEDITACIÓN

- Técnicas de Meditación
- Prātyahara y Dhāraṇa
- Yoga Nidra
- Práctica

PRANAYAMA

- Prana y Energía
- Respiración Consciente
- Pranayamas Clásicos
- Bhandas

ANATOMÍA

- Anatomía y Fisiología II • Fisiología Aplicada al Yogall.

FISIOLOGÍA SUTIL

- Fisiología Sutil: kundalini, nadi, chakra, mudrā.

PEDAGOGÍA

- Expresión y Voz • Diseño de Clases y Series
- Variantes • Niveles • Lesiones y Dolencias • Sustituciones
- Yogaterapia • Embarazo • Correcciones

ĀSANA Y PEDAGOGÍA ESTARÁN ORIENTADAS, CADA ENCUENTRO, A UN TIPO DE POSTURAS:

- Invertidas I
- Invertidas II
- Flexión de columna
- Extensión de columna
- Torsión de columna
- Posturas de pie
- Surya Namascar
- Relax, Pranayama, Meditación



Profesor de Yoga MASTER - Nivel Alto

Dirigido a alumnos que poseen la titulación de "Profesor de Yoga Asistente" y a profesores titulados por otras escuelas, cuyo nivel de formación sea reconocido por la Escuela Internacional de Yoga como suficiente para matricularse en este curso.

Modalidad A	
6 fines de semana más un retiro de 3 días	
Duración: 200 Horas - Clases presenciales	

El título de **Profesor-Master** es el nivel que proporciona la capacidad de enseñar a los demás a partir de una profunda comprensión que solo proporciona la propia experiencia. Es el nivel que garantiza los conocimientos necesarios para impartir el Yoga desde el respeto y el entendimiento de lo que se está enseñando. El curso es una oportunidad de profundizar y vivir el Yoga para poder llevar la práctica a un nuevo nivel de conciencia y sensibilidad. Se puede elegir entre varios Masters. Aquí tienes el programa del Master Conciencia Yoga:

HATHA YOGA

- Yoga de Predicción - Yoga Dinámico
- Yoga en Pareja - Yoga Minusvalidos y Embarazo
- Yoga con Soportes y Ayudas

ANATOMÍA

- Anatomía de Localización - Primeros Auxilios
- Comprensión anatómica de la Práctica de Yoga

FILOSOFÍA

- Tantrismo
- Filosofías comparadas
- La mente y el Yoga
- Mantra y Nada Yoga
- Mitología

MEDITACION

- Meditaciones Tântricas
- Movimiento
- Vibración y Música

PEDAGOGÍA•YOGA NIDRA• PRANAYAMA AVANZADO

MIRA EN LA WEB LOS PROGRAMAS DEL MASTER EN YOGA DINÁMICO Y EL MASTER EN YOGA MODERNO

PRÁCTICA PERSONAL:

Para todos los cursos es necesario un compromiso de dedicación de, al menos, 3 horas semanales de sadhana personal.

PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS:

La Escuela Internacional de Yoga pone sus salas a disposición de los alumnos para la práctica pedagógica. Los alumnos que lo soliciten y estén preparados, podrán practicar como asistentes de los profesores en las clases reales y obtener un feed-back directo de los mismos.



Programas de POSTGRADO

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

DIRIGIDOS A INSTRUCTORES Y PROFESORES

- Anatomía para el movimiento® Método B. Calais-Germain
- Anatomía y Yoga
- Yoga Nidra
- Meditación
- Pranayama
- Nada Yoga (Yoga del Sonido)
- Ayurveda
- Yogaterapia
- Yoga para Embarazadas
- Yoga adaptado a las Minusvalías
- Yoga Dinámico
- Yoga para la Mujer



Formador de Profesores de Yoga

Curso de duración indefinida (adecuada a cada persona). Enseñanza individual y directa. El alumno pasa un tiempo, que puede variar dependiendo de su evolución, como Asistente del Formador de Profesores. Al finalizar su formación, puede organizar sus propios cursos o formar parte de un equipo de Formadores de Profesores de Yoga. Su trayectoria dependerá de la especialización que elija.

Para comenzar ésta formación, el alumno debe estar titulado como Profesor de Yoga por la Escuela Internacional de Yoga y mantener una entrevista con la directora de la escuela para valorar su aceptación e idoneidad así como otros detalles.