



Escuela
Internacional
de Yoga



FORMACIÓN
PROFESORES/AS DE YOGA



Mayte Criado
Fundadora de la Eiy

Gracias por tu presencia en la Eiy

Formarse para ser Profesor/a de Yoga es una vivencia inolvidable y transformadora. El Yoga nos ofrece la oportunidad de acompañarnos y apoyarnos en lo más importante: la vida.

Si ese es tu objetivo, iniciarás un proceso que te permitirá elevar tu conciencia y contribuir a generar un mundo mejor. Compartir con los demás la profundidad y los beneficios del Yoga, es una de las vocaciones más nobles que existen.

Deseamos, de todo corazón, que éste sea para ti el inicio de un camino lleno de satisfacciones y éxitos que permita la realización de tus potenciales y tu crecimiento a todos los niveles.

Felicidades
Namasté

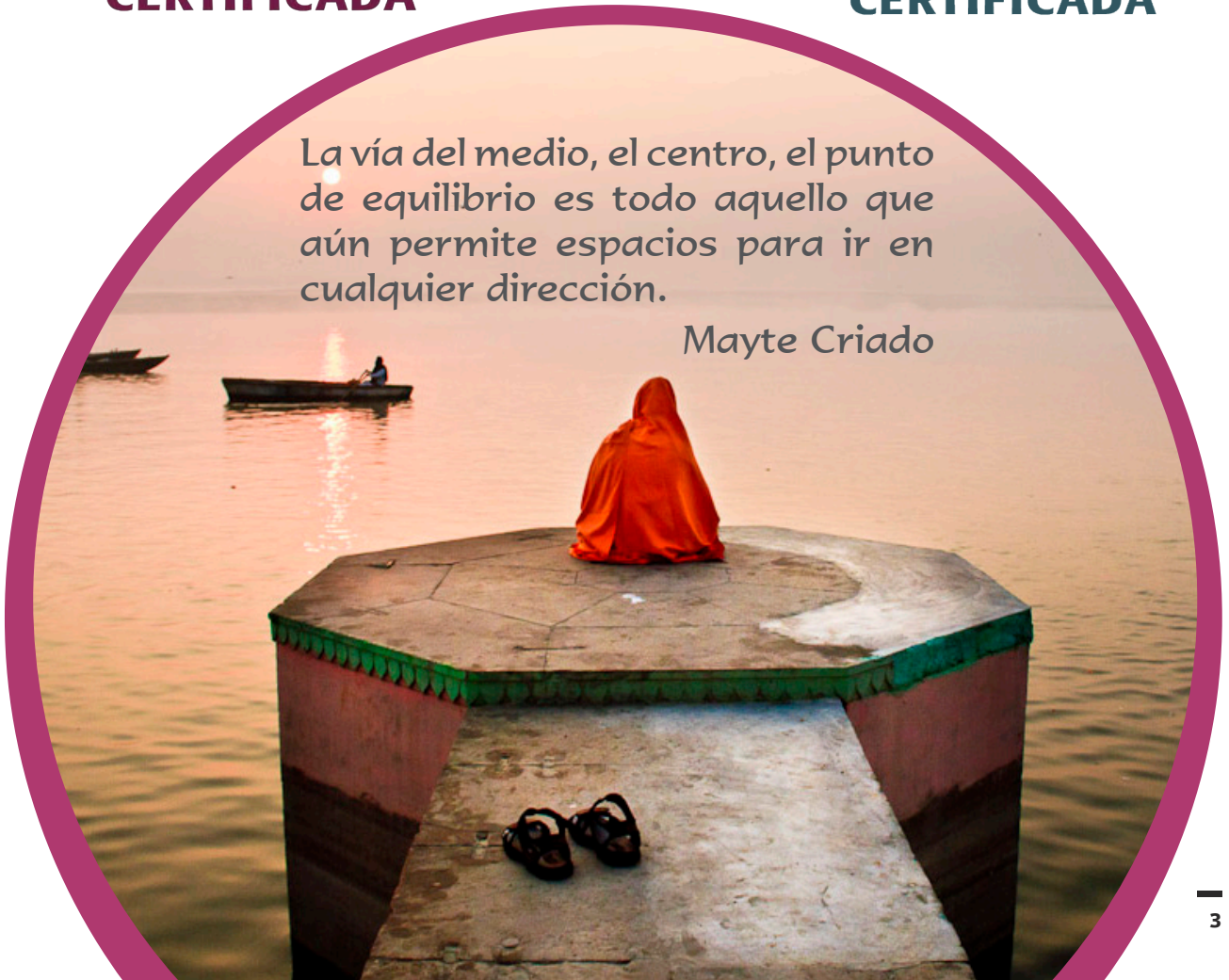
ALTA FORMACIÓN CERTIFICADA

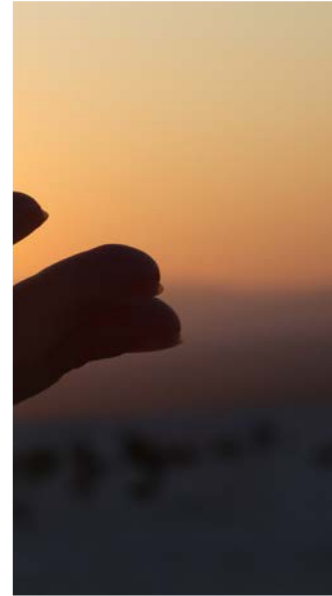
FORMACIÓN
PRESENCIAL
CERTIFICADA

FORMACIÓN
ONLINE
CERTIFICADA

La vía del medio, el centro, el punto de equilibrio es todo aquello que aún permite espacios para ir en cualquier dirección.

Mayte Criado





PRESTIGIO

El prestigio de la Escuela Internacional de Yoga no es dado por los reconocimientos que le han otorgado las organizaciones de Yoga más importantes. Está basado en una formación humana que tiene como objetivo el desarrollo integral del ser.

LA FORMACIÓN DE YOGA MÁS PRESTIGIOSA

La Formación de Yoga Eiy ofrece una gran motivación y una excelente preparación para el futuro profesorado de Yoga, brindando la oportunidad de compartir con los demás la propia experiencia vital.

Se obtiene capacidad para enseñar a los demás con sensibilidad y respeto.

Certificación de Excelencia que te acompaña en el desarrollo de la gran aventura de la vida en su más elevada expresión: aquella que nos da la oportunidad de servir a los demás.





EVOLUCIÓN

mirada integradora que refleja la responsabilidad ante un Yoga que atiende a la sociedad actual y al mundo del siglo XXI

INTEGRIDAD

SENCILLEZ

trato cercano y personalizado con el alumnado y respeto profundo a todas las creencias y trayectorias personales

COMPROMISO

NUESTROS

RESPECTO
GRATITUD

CONCIENCIA

una actitud basada en la apertura y la humildad



VALORES

INCLUSIVIDAD

son bienvenidas todas las perspectivas y formas de hacer más actuales así como la tradición y el gran legado milenario del Yoga

SENSIBILIDAD

SERVICIO

disposición para compartir nuestra experiencia y proporcionar atención a las personas que buscan en el Yoga, dar sentido a su vida

HONESTIDAD



ॐ



ALTA FORMACIÓN CERTIFICADA

Itinerario Formativo EIY

Nivel I – Basic

200 horas – RYS Yoga Alliance

Diploma certificado: Instructor/a de Yoga



Nivel II – Advanced

300 horas – RYS Yoga Alliance

200 horas

Diploma certificado: Profesor/a de Yoga

+100 horas

Diploma certificado en la Especialización
que tú elijas.



Formación completa

= 500 horas RYS Yoga Alliance

Diploma certificado final

FORMACIÓN
PRESENCIAL
CERTIFICADA

FORMACIÓN
ONLINE
CERTIFICADA

Las modalidades Online y/o Presencial de los programas de Formación EIY comparten el mismo contenido, duración, docentes y titulación.



Teaching Yoga
cursos cortos
Formación continua

LA FORMACIÓN DE YOGA MÁS PRESTIGIOSA

Nivel I: 200h

El Programa de Estudios de Nivel I - 200h, ofrece un importante crecimiento integral y sienta las bases y principios del Yoga para una vida de Paz y Armonía. Es una Formación que prepara, tanto a nivel práctico como teórico, en las técnicas de biomecánica del âsana, prânâyâma, anatomía, pedagogía y la filosofía ancestral del Yoga. Enseña a impartir una clase de Yoga completa.



Nivel II – Advanced: + 200h

El Programa de Estudios de Nivel II - Profesor/a de Yoga - 200h, profundiza y transmite el Yoga desde una mayor consciencia y comprensión. Los contenidos se centran en el desarrollo de la creatividad, la amplitud, el conocimiento de la biomecánica para la creación de series y sus efectos a todos los niveles, para poder transmitirlo a los demás con sensibilidad.

Nivel II – Especialización: + 100h

El Programa de Estudios de Nivel II - Instructor Especializado - 100h está destinado a profundizar en diferentes contenidos específicos relacionados con el Yoga, dando continuidad a la Formación ya adquirida. Estos Programas son el resultado de las investigaciones que la EIY realiza, creando nuevas metodologías, evolucionando las técnicas de Yoga y de Meditación.

UN PROCESO TRANSFORMADOR Y VITAL

La Formación de Profesores/as de Yoga es un proceso transformador y vital. El alumnado conoce y profundiza en las herramientas que el Yoga proporciona para **aflorar las propias capacidades, anhelos y experiencias.**

Otorga una perspectiva práctica y objetiva atendiendo a la tradición milenaria pero abordando los diferentes aspectos que conforman una **visión integradora, evolutiva y abierta.**

Se estimula al alumnado a comprender y escuchar el cuerpo **despertando conexión, integridad y apertura.**

ॐ नमः शिवाय

LA PRÁCTICA DEL HATHA Y EL VINYASA YOGA

El Yoga que propone la EIY se basa en diversos aspectos:

- Sensibilidad
- Respeto
- Conciencia sensorial
- Respiración consciente
- Precisión
- Atención sostenida
- Auto indagación
- Reflexión
- Escucha
- Fluidez y Energía





LAS ACCIONES QUE CAMBIAN EL MUNDO

Una Formación de Yoga certificada por la EIY es la máxima garantía para un/a futuro/a Profesor/a de Yoga. Significa:

Credibilidad: acredita que el Profesorado de Yoga enseña con integridad, conocimientos y experiencia.

Oportunidades: facilita el acceso al trabajo y proporciona oportunidades de empleo. Es una cualificación profesional de primer nivel.

Calidad: es la garantía de una formación que ha sido certificada con la ISO 9001 y registrada por la Yoga Alliance cumpliendo con los estándares más exigentes.

Imagen profesional de honestidad: estar acreditado por la EIY es formar parte de una institución que respalda la vocación y honestidad del profesorado.

FORMACIÓN INTERNACIONAL CERTIFICADA

Nivel I – Basic
200 horas – RYS Yoga Alliance
Diploma certificado: Instructor/a de Yoga



Nivel II – Advanced
300 horas – RYS Yoga Alliance
200 horas
Diploma certificado: Profesor/a de Yoga
+100 horas
Diploma certificado en la Especialización que tú elijas.



Formación completa
= 500 horas RYS Yoga Alliance
Diploma certificado final

FORMACIÓN
PRESENCIAL
CERTIFICADA

FORMACIÓN
ONLINE
CERTIFICADA





Escuela
Internacional
de Yoga

DESPLIEGA TUS POTENCIALES



FORMACIÓN EIY

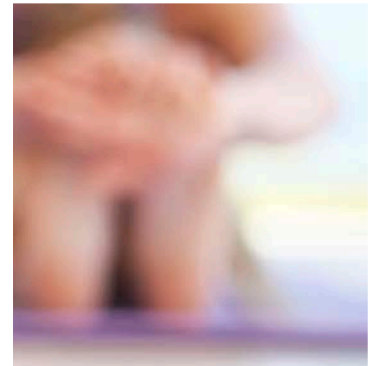
Un proyecto vital para desplegar tus potenciales

SENSIBILIDAD

FORMACIÓN DE PROFESORADO DE YOGA *cuidamos con sensibilidad todo lo que ofrecemos*

Experiencia y prestigio

Los/as formadores/as de la EIY son personas implicadas y comprometidas. Su vivencia del Yoga, desde hace muchos años, avala una enseñanza auténtica y la transmisión de conocimientos esenciales.



Tutorización directa

El alumnado recibe la atención constante de sus formadores/as. Cuenta con un seguimiento especializado para profundizar en los contenidos del curso y en su proceso.



Elige tu modalidad

La Formación de Profesores/as de Yoga OnLine y Presencial de la EIY, comparten el mismo contenido, duración, docentes y titulación.

Metodología propia

Con una profundización teórico-práctica en todos los contenidos. La pedagogía de la EIY aporta la esencia y universalidad del Yoga desde diferentes visiones.

Grupo de reflexión y estudio

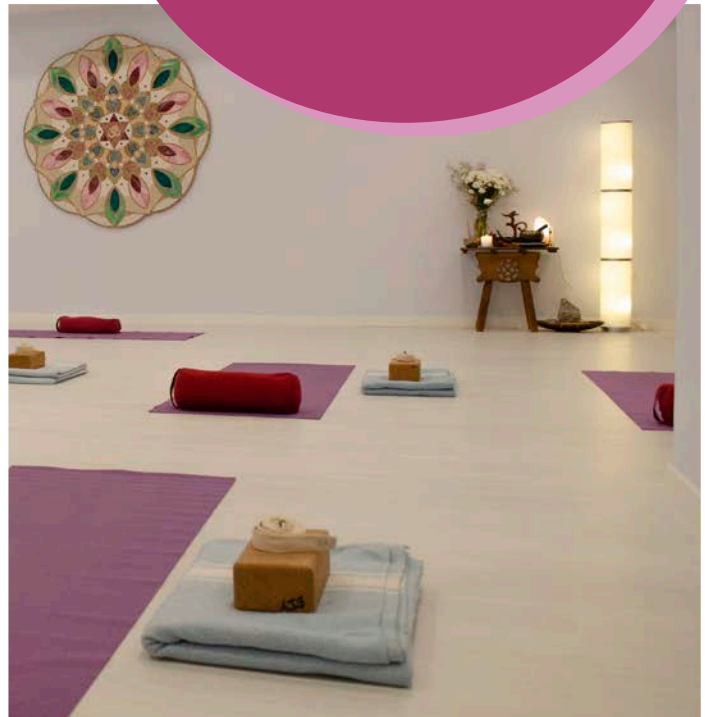
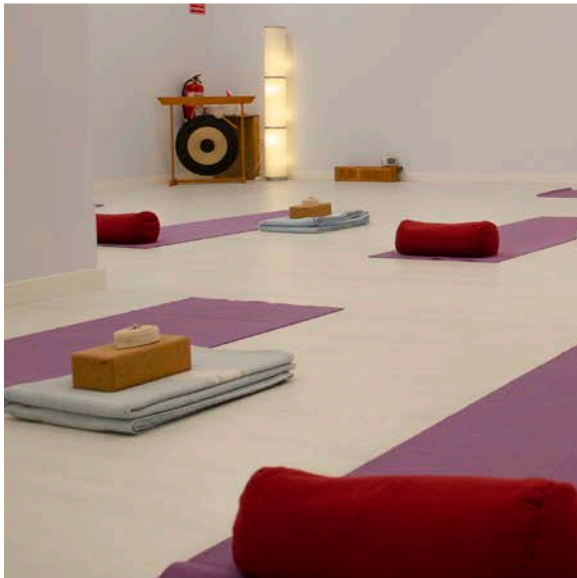
Cada estudiante participa en sesiones con sus trabajos y reflexiones en un entorno ideal para enriquecerse e integrar todos los temas del programa.

VISIÓN INTEGRADORA Y EVOLUCIONISTA





FORMACIÓN EIY
experiencia,
profundidad y
conocimiento



FORMACIÓN ONLINE

La distancia es una oportunidad para
crear la forma ideal de acercarnos

Tecnología avanzada y facilitadora

El acceso a los contenidos del curso se realiza en una plataforma online de vanguardia, cercana y de fácil manejo.



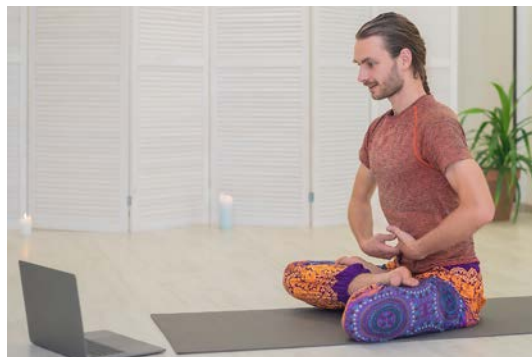
Tutorización personal e individual

El alumnado recibe una atención personal, directa y tutorizada, que le guía en su práctica personal y en su proceso de aprendizaje.



Clase en directo con Formadores/as

Se realizan videoconferencias en directo con los/as Formadores/as para profundizar en las áreas y contenidos del Programa.





¿Quieres formarte como Profesor/a de Yoga?



Comienza tu camino
de transformación





“Al hablar de una Formación de Yoga integradora, siempre me refiero a una Formación abierta y evolutiva.

Quiero expresar con ello que sirve al desarrollo de un recorrido inclusivo, que puede manejar múltiples puntos de vista, siempre que estos ayuden a incorporar en cada fase, tanto en los aspectos pedagógicos como prácticos, un espacio amplio para la propia autoindagación y la experiencia directa, así como una conciencia abarcadora sobre todo lo relativo al mundo y a la sociedad en la que vivimos”

Mayte Criado



Conoce el EQUIPO DOCENTE de la Escuela Internacional de Yoga



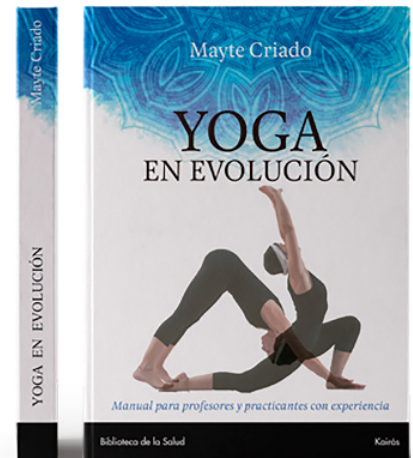
Mayte Criado - Madâlasâ Fundadora de la EIY

Formadora de Profesores de Yoga.
Yoga Alliance (E-RTY E500H T500H).

Delegada de The World Community of Indian Culture and Traditional Disciplines. Presidenta y cofundadora de la Federación Española de Entidades Formadoras de Yoga (FEDEFY). Forma parte del Comité que redacta y revisa para el Ministerio de

Educación, la actual Cualificación y Certificado de Profesionalidad oficial de Instrucción de Yoga en España (RD 1034/2011).

Autora del libro “Yoga en Evolución” Ed. Kairós. Esta obra recoge su experiencia de más de treinta años, su visión y una gran parte de la metodología que ha creado para la Formación de Profesoras/as de Yoga. Un libro de referencia para el Yoga con una perspectiva evolutiva sobre los temas cruciales de la nueva espiritualidad y del Yoga.





Swami Krishnananda

Swami es formador senior de la Formación de Profesores/as de Yoga EIY.

Su sabiduría y su capacidad para conectar con la tradición ofrecen la energía y la presencia del Yoga ancestral y genuino. Comparte su experiencia de Yoga adaptándola a las demandas y retos del mundo actual.

Su anhelo de conocimiento quedó absorbido por el Yoga en 1985 cuando decidió vivir en la tradición de Sivananda bajo el sistema Guru-kula (vivir en casa del Maestro) donde se inició con grandes Maestros en diferentes partes del mundo y en India.

Fue iniciado en la Orden de Sannyasa por Swami Vishnu-Devananda en 1991. En 2006 funda el instituto Yoga Retiro, donde comparte su larga experiencia de Yoga.

ॐ नमः



Denis Criado

Denis es profesor de Yoga (E-500, Yoga Alliance), formador senior de la EIY.

Creador de los Programas de Especialización en Vinyasa Yoga, Yoga Nidra, y Meditación y Mindfulness, avalados por el co-fundador de Yoga Alliance, Gyandev McCord, el Dr. Deepak Chopra, y Ken Wilber.

Durante quince años ha pasado largas estancias en ashrams de EEUU e India, recibiendo en 2011 la transmisión en el linaje de Paramahansa Yogananda y desde el 2009 ha estudiado en el Himalayan Institute (EE.UU) del linaje Sri Vidya y creadora de Yoga International.

Doctor en Estudios de la Conciencia y Master en Psicología Espiritual, por Instituciones de San Francisco, California, pioneras en el desarrollo del potencial humano. Graduado en Teología Oriental por la Universidad de Cambridge (Inglaterra) y autor de varios libros de referencia para el mundo del Yoga en la editorial Kairós.

शिवाय



Manoli Muñoz

Manoli está especializada en la rama del Hatha Yoga y en técnicas corporales que profundizan en las necesidades grupales y personales.

Gracias a sus estudios en Trabajo Social y su intensa vivencia del Yoga, transmite la interconexión entre lo profundo del ser humano y la sociedad, adaptando la práctica a las necesidades de cada momento. Es un ejemplo de compromiso y responsabilidad.



Laura Cantillo

Laura es Profesora y Máster de Hatha Yoga y Doctora en Psicología especializada en la rama psicología evolutiva.

Formadora de Creación de Series y Pedagogía, Laura disfruta a diario del trato directo con el alumnado, el trabajo en los programas de formación y la profundización y mejora de los procesos de calidad y excelencia que garantiza la Escuela Internacional de Yoga.



Joaquín Castaño

Joaquín es Profesor y Máster de Hatha Yoga. Creador del Curso de Especialización de Yoga en la Educación en la EIY.

Formador de Asana y Pedagogía y Evaluador habilitado por el M^o de Trabajo en los procesos de Acreditación de las Competencias Profesionales de Instrucción en Yoga. Es Asesor y Relator para el CAFI (Centro Autónomo de Formación e Innovación) en los centros educativos y universidades.



Conchi Moreno

Conchi es Profesora y Máster de Hatha Yoga por la Escuela Internacional de Yoga y especializada en Yoga Restaurativo.

Formadora de Anatomía y Fisiología en la EIY. Es Licenciada en Ingeniería Técnica Industrial y Técnica en Osteopatía Estructural. Goza de una mente analítica, rigurosa y sensible.



Jesús Garrido

Jesús es profesor de Hatha Yoga, Yoga Restaurativo y Yoga Nidra. Profesor de música, ha creado el Espacio Bhakti y Kirtan-Mantra Yoga. Es experto en Nada Yoga explorando el mundo sonoro y de la vibración para generar procesos meditativos.



Carolina Rodríguez

Carolina es Profesora-Master de Hatha Yoga por la Escuela Internacional de Yoga, con más de 25 años de experiencia. Estudió danza clásica, contemporánea, y española. Es experta en conciencia corporal, sonido y movimiento.



Eva Vales

Eva es Profesora-Master de Hatha Yoga; estudió biología especializándose en medio ambiente. Formadora de Creación de Series en la Formación de Profesores de Yoga y coordinadora del area pedagógica en EIY.

Conoce a todo el Equipo Docente



Celia Soldado

Profesora de Hatha y Vinyasa Yoga. Su pasión por la anatomía, el bienestar integral y el aprendizaje continuo se refleja en una enseñanza cercana, clara y respetuosa, que favorece una práctica profunda, segura y transformadora.



Jesús Ruiz

Profesor-Máster de Hatha Yoga por la Escuela Internacional de Yoga, lleva más de 20 años practicando distintas disciplinas y estilos de Yoga.

Sus clases están impregnadas de sutileza, de escucha y respeto al cuerpo.



Gemma Salas

Gemma integra distintas tradiciones del yoga — Ashtanga Vinyasa, Yin Yoga y Hatha Freestyle, Nidra o Restaurativo- con una visión contemporánea del cuerpo y el movimiento. Es formadora de Asana en la Formación de Profesores de Yoga EIY.



PROGRAMA DE ESTUDIOS



«Cuando mi cuerpo se mueve saludando al sol y a la vida, cada una de mis células celebra el reencuentro con la gracia, desde la libertad»

Mayte Criado

YOGA INTEGRACIÓN Y CONCIENCIA

PROFUNDIZACIÓN - AUTOCONOCIMIENTO

El alumnado obtiene una formación integradora y accede a conocer diferentes propuestas.

La metodología es eminentemente práctica. La estructura pedagógica de la EIY genera autoconocimiento y permite una experiencia directa y personal, un entendimiento objetivo, el espacio adecuado para el desarrollo de los propios potenciales.

ASESORAMIENTO - CERTIFICADO PROFESIONALIDAD

Durante la Formación el alumnado recibe asesoramiento sobre el proceso de acreditación de la titulación obtenida en la Escuela Internacional de Yoga y obtener el Certificado de Profesionalidad oficial, regulado por la Ley Orgánica 5/2002 de 19 de junio y por el Real Decreto 34/2008 de 18 de enero, necesario para impartir Yoga en centros públicos y deportivos.





PROGRAMA DE ESTUDIOS

El Programa propone las áreas necesarias para vivir la esencia del Yoga. Aporta diferentes visiones, modalidades y estilos para crear una perspectiva objetiva que integre la universalidad del Yoga.

Se forma con una sólida base teórica, un buen dominio de las técnicas psicofísicas y una segura metodología didáctica para consolidar la práctica personal, imprescindible en la Formación de Profesores/as de Yoga.

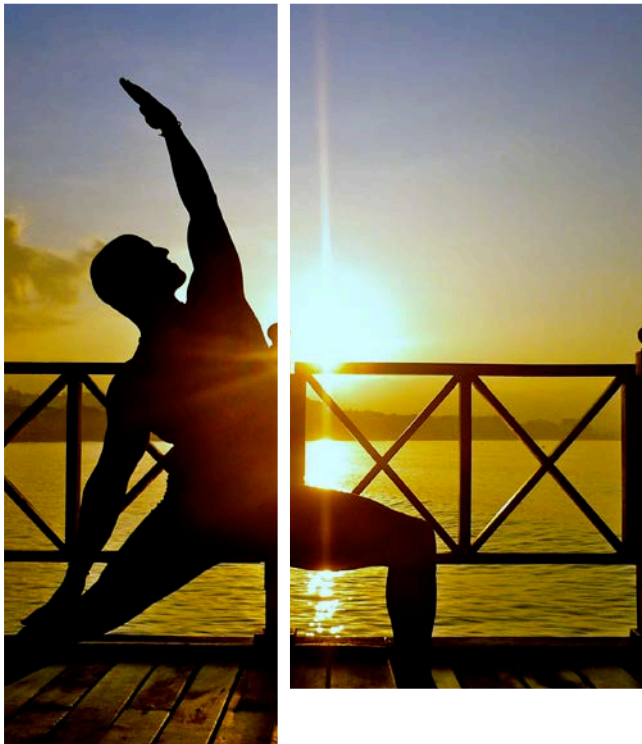
YOGA
INTEGRACIÓN
Y
CONCIENCIA



Objetivo prioritario: el apoyo incondicional al proceso gradual y transformador del estudiante, así como en su formación integral y en la adquisición de conocimientos.

Cursos abiertos: son bienvenidas todas las personas que desean profundizar en el camino del Yoga, sea como base para su propio desarrollo personal, sea por un interés específico en prepararse para la docencia y la enseñanza del Yoga.

El Programa de Formación ofrece un recorrido basado en el respeto a todas las creencias, características y caminos personales.



**COMPARTIENDO EL
YOGA QUE TE INSPIRA**

Nivel I
200 horas
RYS Yoga Alliance

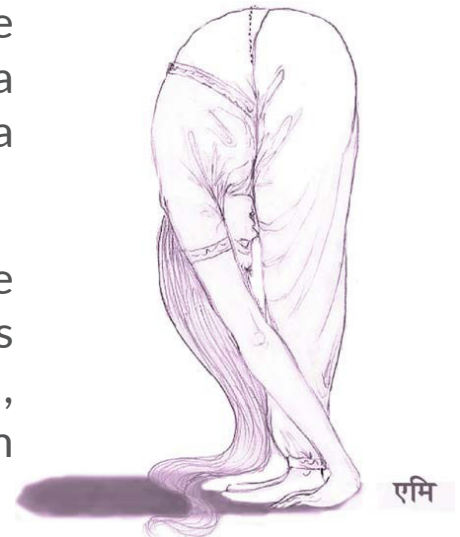
**PROGRAMA
DE ESTUDIOS**



Titulación obtenida: Instructor/a de Yoga - 200h

Este curso proporciona un importante crecimiento integral. La Metodología busca primar la simplicidad, 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 alumnado adquiere una alta preparación tanto teórica como práctica.



Certificación Nivel I – 200 horas

Instructor/a de Yoga



BIOMECÁNICA DEL ÂSANA

- Una sesión completa de Yoga
- Fundamentos de biomecánica I
- Surya Namaskar
- Las Posturas madre
- Beneficios y Contraindicaciones
- La técnica - fundamentos

PRÂNÂYÂMA

- Conceptos Generales
- Técnicas de Respiración
- Prânâyâmas básicos
- Chakras y Cuerpo Energético

MEDITACIÓN

- Pratyahara y Dhârana
- La Atención Plena
- Asanas de Meditación

PSICOLOGÍA

- La Consciencia y Transformación
- La auto indagación

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA

- Columna vertebral
- Sistema Respiratorio
- Sistemas Óseo y Muscular
- Sistemas Digestivo y Circulatorio

FILOSOFÍA E HISTORIA

- Fundamentos Culturales
- Historia del Yoga
- Sendas del Yoga
- Grandes Maestros
- Filosofía Samkhya
- Yoga Sutra de Patânjali
- Estudio del Bhagavad Gita

PEDAGOGÍA

- Metodología de una clase
- Voz, impostación y ritmo
- Lenguaje Corporal
- Instrucciones para enseñar
- Ajustes y acompañamiento

BIOMECÁNICA DEL ÂSANA y SURYA NAMASKAR

Orientada a explicar las posturas, sus beneficios, contraindicaciones, sustituciones, ajustes, funcionalidad y técnica. Su objetivo es obtener una buena comprensión de los elementos que las componen y su práctica e integración a nivel personal.

PEDAGOGÍA

Es una metodología propia orientada a aprender y entender algunos aspectos que el/la futuro/a profesor/a deberá tener en cuenta para impartir una clase de Yoga:

- Instrucciones
- Voz y Tono
- Expresividad
- Presencia
- Movimiento
- Transmisión
- Ajustes



ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA APLICADAS

Ofrece al alumnado un conocimiento básico del cuerpo desde el punto de vista de los sistemas. El nivel de estas clases es de iniciación a la anatomía. Progresivamente, se van introduciendo elementos que relacionan la anatomía con la práctica del Yoga.

- La Columna Vertebral I
- Sistema Óseo
- Sistema Muscular
- Sistema Respiratorio
- Sistema Digestivo
- Sistema Circulatorio
- Conceptos generales



FILOSOFÍA E HISTORIA

La reflexión y el conocimiento de las bases filosóficas que han sustentado al Yoga desde hace al menos 40 siglos es muy importante. Se profundiza en los conceptos generales sobre la historia, la tradición y el pensamiento hindúes.

- Historia
- Grandes Maestros
- Estudio del Bhagavad Gita
- Estudio del Raja Yoga
- Yoga Sutras de Patanjali
- Los Caminos del Yoga



MEDITACIÓN I

La Meditación es el fundamento esencial de la práctica yóguica. Se orienta a la práctica personal y su integración en el proceso de aprendizaje.



PRÂNÂYÂMA I

Se introduce al alumnado en la Fisiología Sutil del ser humano según las enseñanzas yóguicas. Se practican las técnicas de pranayama y se estudian sus efectos.

Nivel II – Advanced

+200 horas

RYS Yoga Alliance

PROGRAMA
DE ESTUDIOS



Titulación obtenida: Profesor/a de Yoga

Se vivencia el Yoga para despertar a una conciencia evolutiva, inclusiva y abierta.

Alienta a descubrir los propios potenciales y a crear un proceso orgánico y dinámico desde una mayor comprensión. Se mira hacia la creatividad y la integración. Se asientan los pilares que sostienen un enfoque con diferentes maneras de enseñar desde la sensibilidad.



BIOMECÁNICA Y CREACIÓN DE SERIES

- Metodología Integradora
- Creación de Series
- Vinyasas preparatorios
- Los grupos de posturas
- Fundamentos de biomecánica II
- La técnica – su evolución

PRÂNÂYÂMA

- Respiración Consciente
- Prâna y Energía
- Prânâyâmas II
- Chakras y Cuerpo Energético II

MEDITACIÓN

- Práctica avanzada
- La enseñanza de la Meditación

ESPACIO DE INTEGRACIÓN PERSONAL

- El Silencio
- La Espiritualidad
- La Mente

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA

- La Columna II
- Sistema Nervioso
- Sistema Endocrino
- Sistemas Inmune
- Fisiología aplicada

FILOSOFÍA E HISTORIA

- Los textos clásicos
- Los textos tántricos
- Vedas y Upanishads
- Grandes Maestros
- Filosofía Vedanta
- Hatha Yoga Pradipika

PEDAGOGÍA

- Expresividad y Voz
- Creatividad
- Diseño de sesiones
- Lesiones y dolencias
- Soportes y ayudas
- Ajustes avanzados

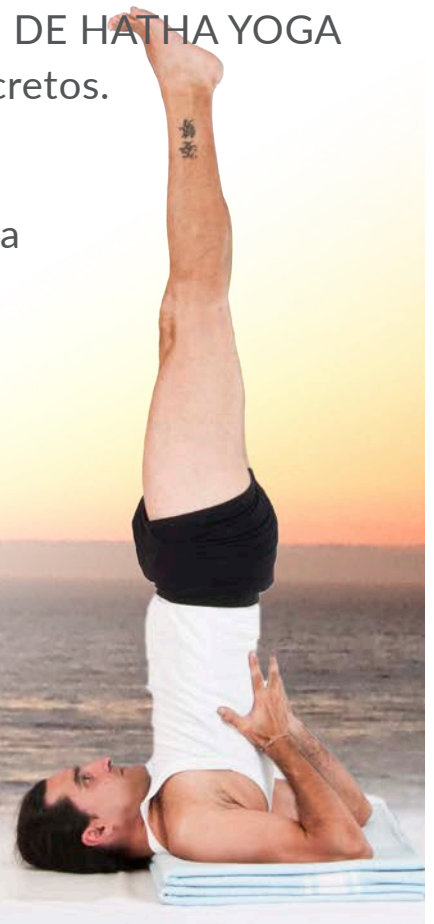
BIOMECÁNICA PARA LA CREACIÓN DE SERIES

- **INTRODUCCIÓN A LA FAMILIA DE ÂSANA-BIOMECÁNICA-ENERGÍA**
Se estudian las características móviles, energéticas, sutiles y anatómicas de los grupos de posturas básicas y sus variantes.
- **INTRODUCCIÓN A LA CREACIÓN DE SERIES DE HATHA YOGA**
Se aprende a diseñar series con objetivos concretos.

PEDAGOGÍA AVANZADA

Basada en las Claves que la EIY ha elaborado para cada postura y en su metodología para:

- Cultivar un lenguaje adecuado
- Adquirir el tono ideal
- Modular la propia voz
- Integrar gestos y movimientos
- Construir series
- Desarrollar criterio y creatividad



AJUSTES AVANZADOS y PEDAGOGÍA APLICADA – CLAVES



Se aprenden las Claves principales con las que ajustar y dirigir una postura. Se capacita al alumnado para crear indicaciones con seguridad y diligencia y en el cuidado exquisito del lenguaje y la forma.

ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

Ofrece el conocimiento anatómico y fisiológico que relaciona la anatomía con la práctica del YOGA.

- Sistema Nervioso
- Sistema Endocrino
- Sistema Inmune
- Miembro Inferior
- Conceptos Generales





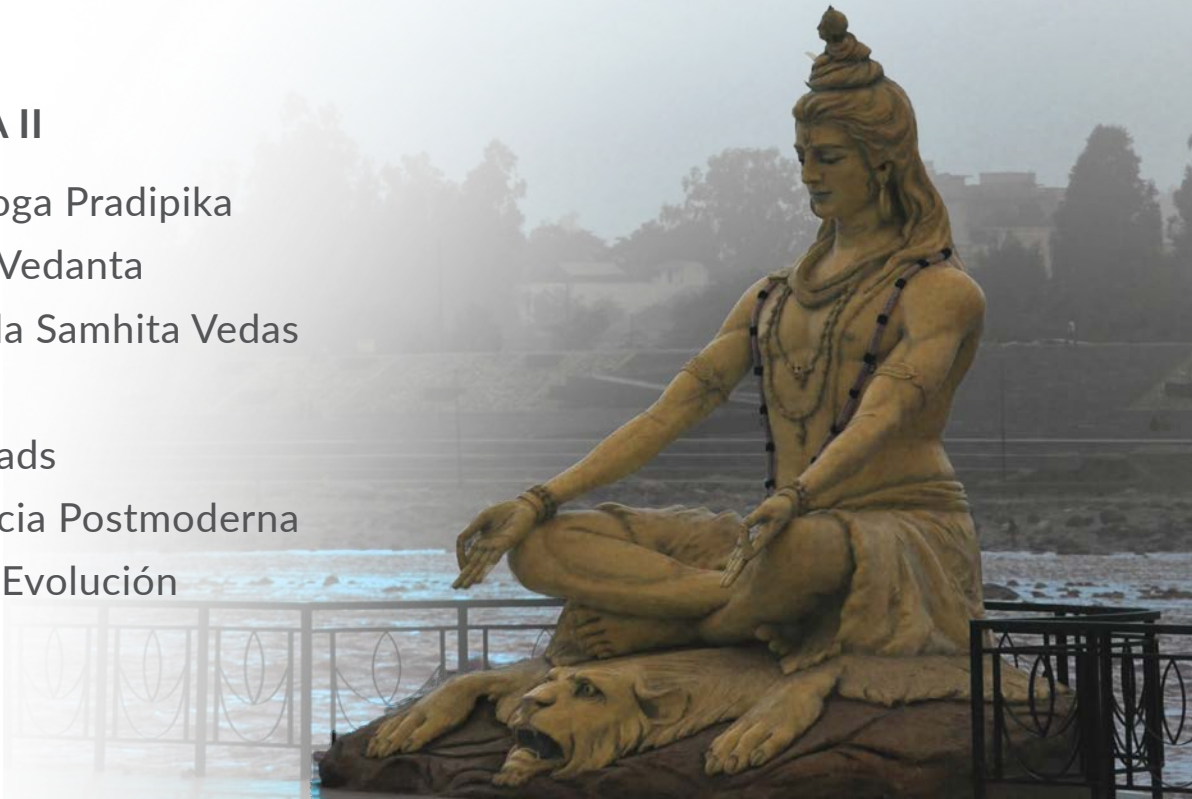
PRANAYAMA II

Se indagan y estudian los efectos del Prâna a todos los niveles del ser.

- Anatomía Sutil
- Prana y Cuerpo
- Enseñanza de los Pranayama Nivel II

FILOSOFÍA II

- Hatha Yoga Pradipika
- Advaita Vedanta
- Gheranda Samhita Vedas
- Vedanta
- Upanishads
- Conciencia Postmoderna
- Yoga en Evolución



MEDITACIÓN II

La Meditación se propone como una práctica personal y se aprende a enseñar a los demás las técnicas básicas.

- Meditación y Advaita Vedanta
- Meditación y Yoga Sutras
- Meditación y Ciencia



ESPACIO DE INTEGRACIÓN PERSONAL

Es una propuesta que mira hacia la observación, el reconocimiento y la comprensión del propio ser a través de unas lecturas propuestas que fomentan la autoindagación.



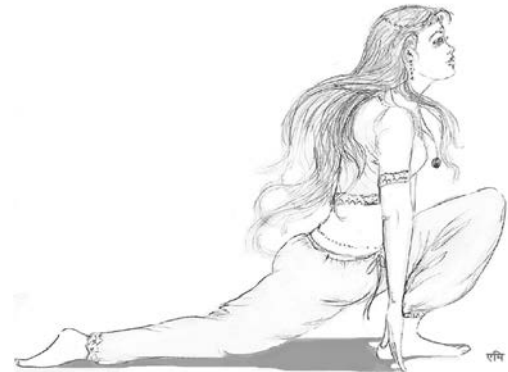
Nivel II
Especialización
+100 horas
RYS Yoga Alliance



Titulación obtenida: Instructor/a Especializado/a

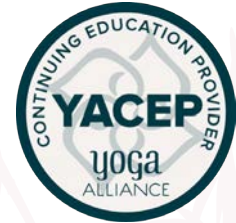
Los Programas de Especialización están destinados a profundizar en diferentes contenidos específicos relacionados con la enseñanza del Yoga.

Son el resultado de las investigaciones que la EIY realiza, creando nuevas metodologías, evolucionando las técnicas y dando espacio a diferentes propuestas de Yoga y de Meditación.



Diploma Instructor/a Especializado/a + 100h

- Meditación y Mindfulness
- Yoga Restaurativo
- Yoga Nidra
- Vinyasa Yoga
- Yoga en la Educación
- Yoga para la Mujer
- Yoga y Meditación para el Acompañamiento de del dolor y el final de vida
- Yoga y Anatomía Integrativa



*Los Cursos de Especialización de 100 horas pueden realizarse en cualquier momento del itinerario formativo.

Instructor/a Especializado/a en MEDITACIÓN Y MINDFULNESS

Ofrece una exploración práctica y con una metodología actualizada. Se estudia la ciencia y el arte de la meditación con base en la tradición del Yoga, así como su fundamento biológico, científico, psicológico y espiritual.



Ofrece las reveladoras prácticas mindfulness para el crecimiento personal y para contextos de ámbito personal y profesional, con base post-moderna, científica y en conexión con los pilares del Yoga.

Instructor/a Especializado/a en YOGA RESTAURATIVO

Su principal objetivo es el contacto con las sensaciones que devuelven la capacidad de comprender y potenciar el sentido de aquello que nos beneficia a todos los niveles.

Ofrece un amplio repertorio de series y posturas para diferentes situaciones, dolencias y estrés.

Se fundamenta en la recuperación de las respuestas orgánicas del cuerpo y de la mente, hacia el bienestar y la salud.



Instructor/a Especializado/a en YOGA NIDRA

Deriva de la antigua práctica tántrica Nyasa de la India. Está avalado por instituciones pioneras en EE.UU como una de las prácticas mindfulness más eficaces para mejorar las dolencias en las que el estrés es un factor determinante..


Es un método, no solo de meditación y relajación, sino de transformación interna.



Certificación Nivel II +100 horas
Instructor/a Especializado/a

Instructor/a Especializado/a en VINYASA YOGA

Una formación rigurosa y actualizada que integra la esencia del Vinyasa Yoga con las metodologías más relevantes de la enseñanza contemporánea.



Se aprenden los principios del alineamiento energético en las asanas, así como las bases para diseñar secuencias coherentes, seguras y transformadoras. A través de una práctica fluida y meditativa, se desarrolla una comprensión profunda de la integración física, emocional y espiritual que caracteriza a este estilo.

Creará un puente entre la tradición del Vinyasa Yoga, las aportaciones surgidas en Estados Unidos y la metodología propia de la Escuela Internacional de Yoga, ofreciendo una formación sólida para la enseñanza y la práctica personal.

Instructor/a Especializado/a en YOGA EN LA EDUCACIÓN

Una enseñanza que proporciona una gran oportunidad para integrar en niños/as y adolescentes, los valores esenciales del Yoga para desenvolverse en la vida con serenidad y equilibrio.



El objetivo de este programa es obtener un nuevo enfoque en la enseñanza del Yoga a los niños/as y adolescentes, mostrando herramientas para crear, dinamizar y facilitar sesiones educativas, creativas y divertidas.

Instructor/a Especializado/a en YOGA PARA LA MUJER

Permite tanto a la mujer como al hombre conectarse, descubrir y entender las diferentes fases por las que transita.

Este programa integra la feminidad junto a la comprensión del cuerpo y sus diferentes ciclos.

Orientado a enriquecer, equilibrar y favorecer la armonía para enseñar el Yoga, viviendo la práctica como una experiencia del cuerpo comprendido e integrado.



Instructor/a Especializado/a en ACOMPAÑAMIENTO EN EL DOLOR Y EL FINAL DE LA VIDA Enfoque desde el Yoga y la Meditación

Una capacitación única que combina conocimiento práctico y desarrollo personal sobre los temas más relevantes para obtener comprensión de los procesos que genera el sufrimiento y cómo abordarlos desde una perspectiva yóguica.

Ofrece habilidades desde el enfoque del yoga y la meditación para los cuidados y la atención espiritual al final de la vida y/o en los procesos de la enfermedad, el sufrimiento y el duelo.



Certificación Nivel II +100 horas
Instructor/a Especializado/a

Instructor/a Especializado/a en YOGA Y ANATOMÍA INTEGRATIVA

La anatomía aplicada al Yoga, desde la comprensión y el respeto al cuerpo. Ofrece una enseñanza de Yoga acorde con los nuevos descubrimientos sobre biomecánica.

Recoge el estudio de la respiración en relación al cerebro y al estilo de vida, el dolor y sus consecuencias psico-somáticas, la alimentación, el corazón en la práctica del Yoga y el sistema miofascial, entre otros.



PROGRAMA SUPERIOR

MÁSTER DE YOGA

Yoga Evolution by Mayte Criado

- Nuevas herramientas para la enseñanza del Yoga.
- Visión integral de una clase y su secuenciación.
- Biomecánica aplicada a la práctica de asana.
- Las propias habilidades, clave para la enseñanza del Yoga.
- Entorno propicio para el aprendizaje colaborativo.
- Yoga y Solidaridad.
- Profundización en ajustes, soportes y adaptaciones.
- Desarrollo de un nuevo lenguaje.
- Conocimiento de la voz y la expresividad.
- Integración, precisión y conciencia
- Series Inclusivas: Yoga para diferentes colectivos.



Teaching Yoga



FORMACIÓN CONTINUA



Teaching Yoga EIY® es una propuesta de cursos cortos y talleres, en modalidad presencial y online, para quien desea profundizar en la práctica y la enseñanza del Yoga de Yoga. Ofrecen un alto nivel de profundización que permite consolidar las propias habilidades y ampliar conocimientos.

- Iniciación a la Meditación y al Mindfulness
- Una silla para Yoga
- Savâsana, entre el sonido y el silencio
- Iniciación al Yoga Nidra
- Filosofía del Yoga. Un enfoque práctico
- Cocina ayurvédica
- Iniciación al Vinyasa Yoga
- Series específicas
- Meditación para Principiantes
- Cuencos de Cuarzo
- Meditación para principiantes
- Invertidas
- RETIROS DE YOGA Y MEDITACIÓN



TESTIMONIOS

Quiero agradecer el trabajo realizado en la organización de la Formación y el cariño que ponéis para el cuidado de los detalles... Ha sido un trabajo intenso y profundo.

La elección de los formadores de cada especialidad es maravillosa, ya que está claro que cada uno en lo suyo es el mejor, que les encanta su trabajo y le ponen todo el amor posible a cada comentario.

Patricia Oliva

Estoy en un momento único! Acabo de recibir el diploma de Profesora de Yoga!!! No sabéis todo lo que me llevo. Haberos conocido ha sido muy importante para mí. Gracias por haberme dado confianza y haberme ayudado tanto.

Herminia Rojo

Quiero agradecer el trabajo realizado en la organización de la Formación y el cariño que ponéis para el cuidado de los detalles... Ha sido un trabajo intenso y profundo.

La elección de los formadores de cada especialidad es maravillosa, ya que está claro que cada uno en lo suyo es el mejor, que les encanta su trabajo y le ponen todo el amor posible a cada comentario.

Patricia Oliva

Estoy muy feliz de haber realizado la formación y muy agradecida por vuestra entrega y cariño, el yoga y la formación han marcado y siguen profundamente en mi vida.

Rebeca González

Actualmente estoy terminando la Formación de Instructora de Nivel I online y he terminado la especialización en Ayurveda. No puedo estar más agradecida a Mayte, a los tutores, a los formadores, a mis compañeros. Ha sido tan maravilloso este año que ya estoy matriculada para el Nivel II y pendiente de la admisión en la Especialización online de Yoga Restaurativo. Me siento muy afortunada de compartir camino con vosotros, ya os siento parte de mí, como una pequeña familia.

Cristina Martín

Por fin hemos terminado las 500 horas de la Formación... os escribo de parte del todo el grupo para agradeceros el recorrido que nos habéis brindado lleno de amor, conocimientos y buen hacer. Sois una escuela de verdad, eso es, hacéis escuela y nos sentimos orgullosos del título que nos habéis entregado. Gracias. Namasté.

Juan Antonio Vélez



He terminado la Formación de Nivel II y realizado la Especialización de Yoga Nidra. Felicidades al equipo de la Eiy y gracias por todo lo que me habéis aportado. He hecho amistades para toda la vida y hay un antes y un después de la formación de Yoga en mi vida.

Francisco Javier Díaz



Gracias y gracias. Gracias a Mayte Criado por haber creado estos cursos tan impresionantes. Gracias a toda la Eiy por estar siempre atendiendo nuestras dudas y demandas. Gracias los compañeros, cada persona me deja una huella para siempre. Om Shanti.

Esperanza Knorr

No lo dudéis! Escuela Internacional de Yoga! Su prestigio es más que merecido. Es la mejor formación, la más seria... la prueba es que los mejores profesores de yoga de España se han formado aquí... no lo dudéis.

Oscar Reguero



Ha sido la mejor elección que he hecho en mi vida. Entré a la formación con dudas y me voy con una experiencia inolvidable y con los conocimientos y herramientas que me permiten ofrecer clases de Yoga con seguridad, respeto y sabiendo lo que hago y lo que digo.

Claudio Gratti



La Formación no ha podido ser más maravillosa e inolvidable. Todo mi agradecimiento por la labor de la Eiy y por todo el amor que nos habéis dado.

Mar Sarasvati



*“Si queremos llegar a conocernos,
debemos dejar lugar a lo desconocido...”*

*El Yoga nos ayuda a comprender que
el equilibrio es la suma de infinitos
pequeños movimientos; una continua
reconstrucción de lo que somos...”*

Mayte Criado

योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः *yogaḥ cittavṛtti nirodhaḥ*



BECOME YOURSELF



Escuela
Internacional
de Yoga

www.escueladeyoga.com