



# MAESTRÍA DE YOGA

10 meses  
presencial

teoría  
y práctica

CERTIFICACIÓN  
INTERNACIONAL





# 01

## ESTRUCTURA DE LA FORMACIÓN

### DURACIÓN /

- 10 meses  
*de marzo a diciembre 2026*
- 

### REQUISITOS /

- Ser egresado de Yogaterapia
- 

### REQUISITOS EGRESADOS DE OTRAS ESCUELAS /

- Tener una formación en yoga de mínimo **2 años** de duración..
- Realizar el curso "Anatomía Funcional y Biomecánica del Yoga" (teórico) y el curso "Biomecánica de las Asanas" (práctico).



[centro.ananda.yoga](https://www.instagram.com/centro.ananda.yoga)

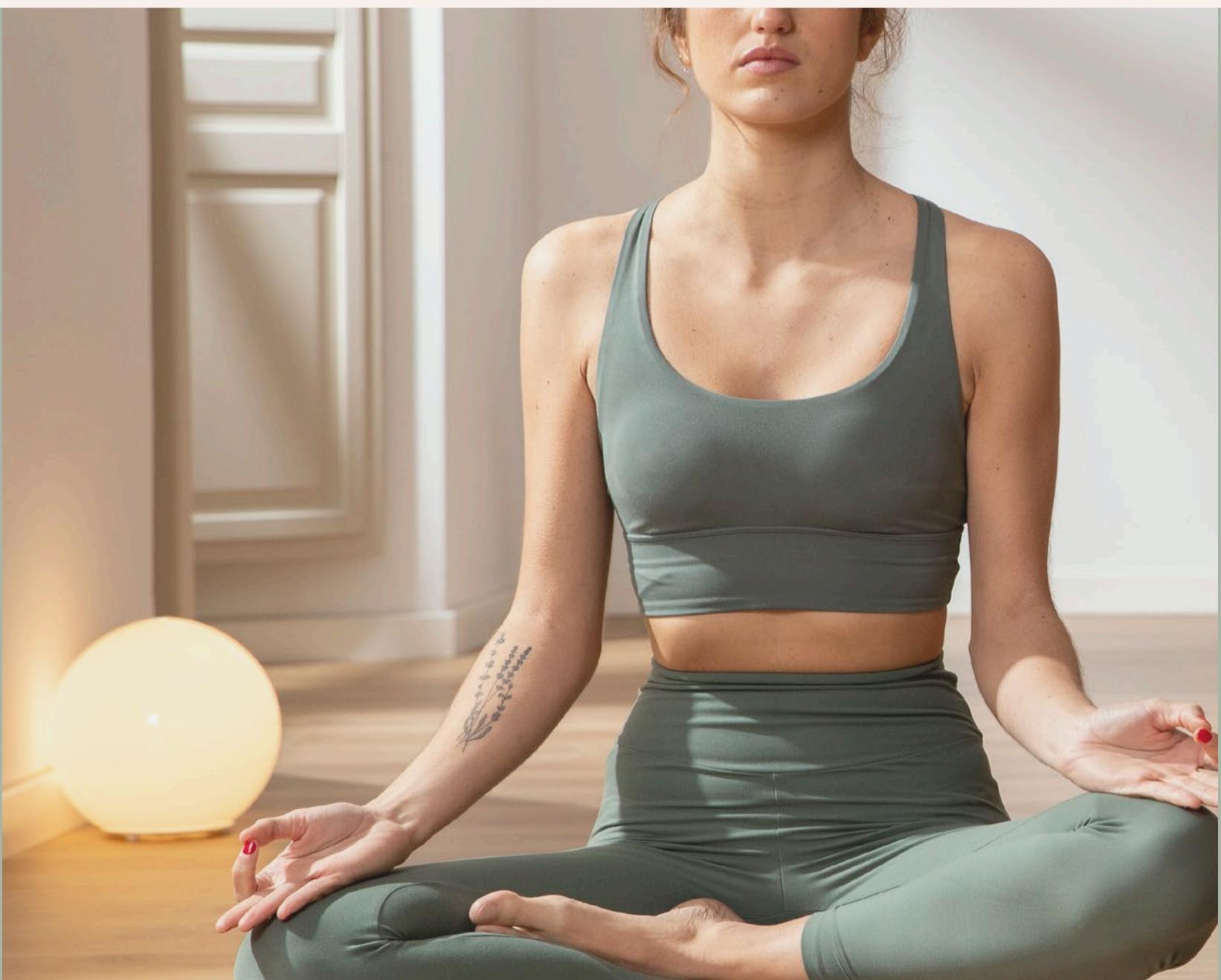


# 02

## MODALIDAD DE CURSADA

### Teoría y práctica

- *Miércoles de 18.30 a 21 hs.*
- *Un retiro cerca de fin de año, un domingo de **11 a 18 hs** en Ananda.*





# 03

## INSCRIPCIÓN

Pedimos la ficha de inscripción y los datos bancarios a:  
**[infocentroanandayoga@gmail.com](mailto:infocentroanandayoga@gmail.com)**

## COSTOS

**Matrícula + 10 cuotas (de marzo a diciembre)**

**Matrícula 2026: \$78.000**

El dinero de la matrícula no es reembolsable ni intercambiable por otros cursos o talleres, sin excepción.

\*Egresados 2024 de Ananda no abonan matrícula.

**Arancel estimado marzo 2026:**

- En efectivo: **\$151.000**
- Por transferencia: **\$182.000**

La cuota sufrirá incrementos según el IPC del Indec los cuales serán informados oportunamente.

**Otra modalidad de pago:**

- 1 pago anual de U\$S 1.500 (\*)

Comunicarse por Whatsapp para arreglar:

**+54 9 11 3423-3712**

(\*) Aparte debe abonarse la matrícula en pesos argentinos para asegurar la vacante.



[centro.ananda.yoga](https://www.instagram.com/centro.ananda.yoga)



# 04

## QUÉ INCLUYE ESTA FORMACIÓN

# 40

*clases teórico-prácticas de  
Maestría en Yoga con elementos.*

# 1

*retiro espiritual de 8 hs  
presencial en Ananda*

## whatsapp

*grupo de apoyo por  
WhatsApp*

## bibliografía

*Material teórico y bibliografía  
de apoyo en pdf descargable.*



[centro.ananda.yoga](https://www.instagram.com/centro.ananda.yoga)



# 05

## BENEFICIOS PARA ALUMNOS:



### DESCUENTO DEL 50%

*En todas las especializaciones y/o **cursos cortos**.*

*(No aplica a talleres u otros profesorados)*

### DESCUENTO DEL 20%

*En el Instructorado de **Meditación** y en el Instructorado de **Vinyasa Flow**.*

### ARANCEL COMO JUBILADO

*En las clases regulares de Hatha Yoga.*

### BONIFICACIÓN

*En la matrícula para el siguiente año de cualquier curso anual que te inscribas.*



[centro.ananda.yoga](https://www.instagram.com/centro.ananda.yoga)



# 06

## CERTIFICACIÓN

PARA OBTENER EL DIPLOMA ES NECESARIO:

### **LIBRE DEUDA**

(tener las cuotas al día)

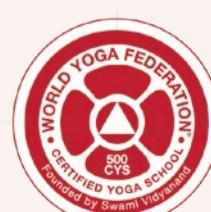
Exámenes y trabajos prácticos **aprobados**.

### **Asistencia del 90%**

de las clases teórico-prácticas.  
(4 faltas por año)

La certificación Internacional es **optativa** y tiene un costo de **150 USD**

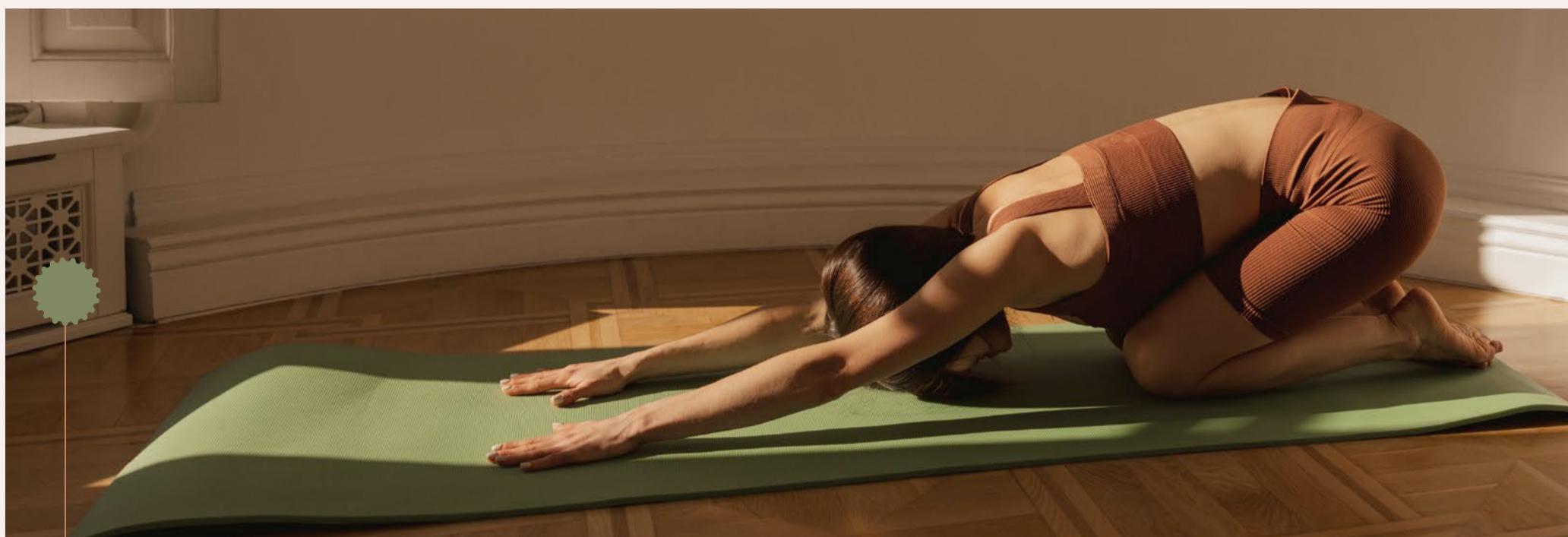
- World Yoga Federation
- Yoga Alliance International
- AIPYA
- Centro Ananda Yoga





# PROGRAMA DE LA FORMACIÓN

## Teoría de las Técnicas de Yoga (anual):



- **Yoga y reintegración personal.** Enfoque. La mente como fuente de percepción incorrecta. Asana: función del cuerpo en la reintegración personal. Vinyasa Krama, secuenciación y adaptación. Pranayama. La función de la respiración en la reintegración personal. **Meditación.**
- **Principios del Tantra Yoga.** Los 5 estados mentales. La Kundalini y el Yoga. Las 5 envolturas (koshas). Los Nadis. Los Bhandas. Los nudos. Introducción a los **chakras**. Elementos Esenciales. Características conductuales de cada uno de los siete principales.
- Profundización en el estudio y la aplicación práctica del **Bhagavad Gita**, los **Yogasutras de Patanjali** y la **Filosofía Samkhya**.
- Las cuatro castas. Los cuatro Ashramas.
- La clave para la buena salud. El arte de pensar. El arte de hablar. El arte de la acción.



# PROGRAMA DE LA FORMACIÓN

## Programa Práctico de la Maestría en Yoga

- *Asthanga Vinyasana Krama, enganche de posturas de Yoga.*
- *Yoga Kundalini*
- *Yoga restaurativo*
- *Yoga con elementos*
- *Pranayamas-Meditación*

