



MAESTRÍA DE YOGA

*10 meses
presencial*

*teoría
y práctica*

**CERTIFICACIÓN
INTERNACIONAL**





01

ESTRUCTURA DE LA FORMACIÓN

DURACIÓN /

- *10 meses
(de marzo a diciembre 2024)*
-

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).*





02

MODALIDAD DE CURSADA

Teoría

- *1 vez a la semana, online o en diferido:*

Lunes de 9 a 10.30 hs

Práctica

- *1 vez a la semana, presencial*

Miércoles de 19 a 20.30 hs





03

INSCRIPCIÓN

anandamaestria@gmail.com

COSTOS

Matrícula*

- \$35.000 (transferencia)
- \$25.000 (efectivo)

**EGRESADOS DE YOGATERAPIA DEL AÑO ANTERIOR
NO ABONAN MATRÍCULA**

10 cuotas (de marzo a diciembre)

- Por transferencia: \$82.500
- En efectivo: \$66.000

La cuota sufrirá incrementos según el IPC del Indec los cuales serán informados por WPP/mail



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



04

QUÉ INCLUYE
ESTA FORMACIÓN

40

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

apoyo

*grupo de apoyo por
WhatsApp*

campus virtual

*con la grabación de las clases
teóricas y foro de consultas.*

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 todos los cursos de **posgrado, especializaciones, cursos cortos.***

(No aplica a otros profesorados, talleres o clases regulares de Hatha Yoga)

BONIFICACIÓN

*De la **matrícula** para el siguiente año, en cualquier curso anual que te desees inscribir a futuro.*



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*
-

