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

centro.ananda.yoga

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: **$75.000***
- *En efectivo: **$60.000***

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

centro.ananda.yoga

03

Otras modalidades de pago:

*Se puede abonar estos aranceles en pesos argentinos al cambio del **dólar blue** en el momento del pago:*

- ***2 pagos de U$S 250** (transferencia) o*
- ***2 pagos de U$S 225** (efectivo)*

A pagar en marzo y agosto.

- ***1 pago de U$S 500** (transferencia) o*
- ***1 pago de U$S 400** (efectivo)*

A pagar en marzo

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.

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 sietes 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*