



CENTRO
ANANDA YOGA

FORMACIÓN EN YOGA PARA NIÑOS

A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO

- Instructores / Profesores / Maestros de Yoga.

DURACIÓN

4 clases, septiembre de 2024.

MODALIDAD PRESENCIAL U ONLINE

DÍAS Y HORARIO

Sábados 7, 14, 21 y 28 de septiembre, de 13 a 15 hs.

Se cursa en Centro Ananda Yoga: Avenida Federico Lacroze 3230. Colegiales. CABA.

FACILITA

Etelca Cara

Maestra de Yoga - Yogaterapeuta - Formadora de instructores de Yoga.

Federico Lacroze 3230 • Colegiales • CABA • Argentina

WhatsApp: 11 3423 3712 • E-mail: infocentroanandayoga@gmail.com

Web: www.centroanandayoga.com.ar • Fb: [@centroanandayogaa](https://www.facebook.com/centroanandayogaa) • Ig: [@centro.ananda.yoga](https://www.instagram.com/centro.ananda.yoga)

ARANCEL

A confirmar.

Se incluye material pdf descargable y el acceso a la grabación de las clases (las mismas no son descargables). Descuento del 50% para alumnos cursando en el 2024 el Profesorado, Yogaterapia y/o Maestría en el Centro Ananda.

INSCRIPCIÓN

Por mail a infocentroanandayoga@gmail.com

Para reservar la vacante, realizar un depósito o transferencia bancaria a la cuenta:

Banco Santander - Cuenta corriente en pesos 035-005147/3

Titular de la cuenta: Yamila Bellsola

Número de CBU: 0720035920000000514736

Alias: MADERA.FAJA.PARANA

CUIL/ CUIT: 27305947631

IMPORTANTE: una vez efectuada la transferencia, enviar el comprobante de la misma al correo: infocentroanandayoga@gmail.com especificando nombre y apellido, curso o formación a la que se inscribe, mail, teléfono de contacto y DNI del titular de la cuenta desde la que se hizo la transferencia.

TEMARIO

- Anatomía del niño (teórico).
- Adaptación a las dimensiones de la colchoneta.
- Conciencia de los segmentos corporales en Asanas.
- Respiración equilibradora sin retención.
- Técnicas de respiración con brazos.
- Saludo al Sol para niños.
- Desplazamientos en Posturas (Asanas).
- Meditación: conciencia del sentido del oído (sonido del corazón).
- Desplazamientos en Posturas con obstáculo.
- Técnicas de respiración: silbar, bostezar, reír, llorar.
- Posturas en Cuadrupedia (gatos).
- Consciencia del Sentido del Tacto.

CERTIFICACIÓN

- Se entregará un certificado de participación.