



CENTRO
ANANDA YOGA

YOGATERAPIA
BIOMECÁNICA Y PATOLOGÍAS
DE LA COLUMNA VERTEBRAL

Esta Formación forma parte del Profesorado de Yogaterapia.

CURSO TEÓRICO-PRÁCTICO

DURACIÓN

2 meses, agosto y septiembre de 2023.

MODALIDAD DE CURSADA

- **MIXTA:** Práctica presencial. Teoría online, por Zoom.
- **100% ONLINE:** Práctica y Teoría online, por Zoom.

FACILITAN

Licenciada en kinesiología y fisioterapia Lilian Luna y licenciada en kinesiología y fisioterapia Kiki Martínez.

REQUISITO

Ser Profesor o Instructor 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)

PRÁCTICAS PRESENCIALES, HORARIO A ELECCIÓN

Martes de 9 a 10.30 hs.

Jueves de 19 a 20.30 hs.

Sábados de 11 a 12.30 hs.

PRÁCTICAS ONLINE, HORARIO ÚNICO, EN VIVO (no se pueden realizar en diferido)

Lunes de 19 a 20.30 hs.

TEÓRICAS ONLINE, HORARIO A ELECCIÓN

Jueves de 9 a 10,30 hs

Miércoles de 19 a 20,30 hs

CERTIFICACIÓN

- Se otorga certificado de asistencia a quienes completen los 8 encuentros (2 meses).

Incluye acceso a una plataforma virtual donde se podrán visualizar las clases por siempre (las mismas no son descargables) y material extra de estudio (pdf descargable).

ARANCEL

- MODALIDAD MIXTA: 2 pagos de \$15.000
- MODALIDAD 100% ONLINE: 2 pagos de \$11.000

INSCRIPCIÓN

Por mail a infocentroanandayoga@gmail.com

Realizar un depósito o transferencia bancaria de la primera cuota a esta cuenta:

Banco Galicia

Cuenta Corriente en Pesos

Número de CBU: 0070021430004027096289

Alias: PLATO.GALGO.FUTURO

DNI de la cuenta: Luna Nora Lilian

CUIT: 27124341871

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 Funcional y Biomecánica de la columna vertebral.
 - Prevención y cuidados de lesiones más frecuentes: hiperlordosis, cifosis, rectificación, escoliosis, protrusiones, hernia de disco.
 - Práctica: pre-asanas adaptadas a cada tipo de columnas. Uso de elementos para facilitar la práctica: bolster, taco de madera, cinturón, etc.
-