

# Yogaterapia: Biomecánica y Patologías de la Columna Vertebral

## ESTA FORMACIÓN FORMA PARTE DEL PROFESORADO DE YOGATERAPIA

Curso de 3 meses de duración (julio, agosto y septiembre), teórico-práctico: **práctica presencial**. Teoría online a través de Zoom.

Existe la opción de cursar 100% online.

**FACILITAN:** Lic. Kinesióloga Lilian Luna, Lic. Kiki Martínez. Prof. Etelca Cara.

**REQUISITOS:** ser Profesor o Instructor de Yoga

## HORARIO A ELECCIÓN PRÁCTICAS PRESENCIALES U ONLINE EN VIVO

- Miércoles de 20 a 21,30 hs.
- Jueves de 9 a 10,30 hs.

## HORARIO A ELECCIÓN TEÓRICAS ONLINE O EN DIFERIDO

- Martes de 9 a 10,30 hs
- Martes de 19 a 20,30 hs

**ARANCEL:** \$21.000.- el curso completo de 3 meses.

Tenes la posibilidad de abonar por mes, abonando tres cuotas de \$7000.

Se otorga **certificado de asistencia** si completas los 12 encuentros (3 meses).

Se entrega acceso a una plataforma virtual donde podrás visualizar por siempre cada clase (las mismas no son descargables) y material extra de estudio (pdf descargable).

**INSCRIPCIÓN:** mediante transferencia bancaria de la totalidad del curso (\$21.000) o la primera cuota (\$7000) a esta cuenta bancaria:





Banco Santander  
Cuenta Corriente en Pesos 035-005147/3  
Número de CBU: 0720035920000000514736  
Alias: MADERA.FAJA.PARANA  
Titular de la cuenta: Bellsola Yamila Patricia  
DNI: 30594763  
CUIT: 27305947631

**IMPORTANTE:** una vez efectuada la transferencia, enviar el comprobante de la misma a este correo: [infocentroanandayoga@gmail.com](mailto:infocentroanandayoga@gmail.com) especificando nombre y apellido, curso al que se inscribe, mail, teléfono de contacto y DNI del titular de la cuenta por la cual se efectuó 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.

Practica: pre-asanas adaptadas a cada tipo de columnas. Uso de elementos para facilitar la práctica: bolster, taco de madera, cinturón, etc.

