



OM SHANTI
Escuela de Yoga

PROFESOR DE YOGA

Formación nivel 3
Yoga avanzado
Certificación de 120 horas

Formación reconocida por la
European Yoga Alliance



Registered Yoga School Registered Yoga School

Titulación Certificada

La Escuela de Yoga Om Shanti ofrece la posibilidad de realizar un curso avanzado a todos aquellos profesores de yoga que tengan un mínimo de 400 horas de formación.

Este curso está dirigido a todas aquellas personas que deseen continuar profundizando en el yoga y su filosofía para proseguir su camino personal de crecimiento; así como todas las personas que deseen continuar su formación profesional en este ámbito.

Este curso es una formación certificada, seria y completa que combina la flexibilidad de una enseñanza desde casa, a través de nuestra plataforma e-learning, y la experiencia y práctica que ofrece una formación presencial.

Esta formación está reconocida por la European Yoga Alliance y complementará en número de horas las titulaciones anteriores para la obtención del certificado de profesionalidad de instructor de yoga según lo dispuesto en el Real Decreto 1076/2012 BOE.



Registered Yoga School



Registered Yoga School



Estructura del curso

Formación Yoga Avanzado

Esta formación se estructura en dos bloques de aprendizaje y acompañamiento:

Online

- Ocho meses de acompañamiento y prácticas en directo vía zoom. De octubre a mayo.
- En esta parte se ofrecerá el acceso a segundo año de formación Profesor de Yoga semipresencial, para unirnos a las prácticas, repasar los conceptos ahí adquiridos y actualizar nuestra formación y aprendizaje.
- Los contenidos se impartirán del siguiente modo:
 - » Clases en directo vía zoom (cuatro por módulo formativo)
 - » Tutorías grupales. (una mensual exclusiva para alumnos de Yoga Avanzado)
 - » Vídeos teóricos donde poder repasar y actualizar conceptos.
 - » Vídeos prácticos detallados de cada asana.
 - » Material actualizado pdf descargable.

Presencial

Siete días / seis noches de **retiro presencial**, donde abordaremos una práctica profunda y estudiaremos diferentes áreas que complementarán nuestra formación previa en yoga.



Materias:

Actualización y repaso

Las materias que abordaremos durante el curso, además de la actualización y repaso de contenidos de segundo año, serán las siguientes:

- **Yoga para la tercera edad**

(Este apartado tendrá una certificación específica en esta materia).

La adaptación del asana y el entendimiento contextual de esta última etapa de vida. Acompañamiento y programación de clases.

- **Hatha Yoga – variantes avanzadas.**

- **Meditaciones avanzadas.**

A lo largo de este año configuraremos nuevas prácticas adecuadas para un trabajo profundo en los cuerpos mental, emocional y energético. Estas distintas prácticas están siendo avaladas además por la comunidad científica convirtiendo a la ancestral práctica meditativa como la herramienta fundamental para generar un mayor bienestar en la vida.

- **Pedagogía de la Meditación**

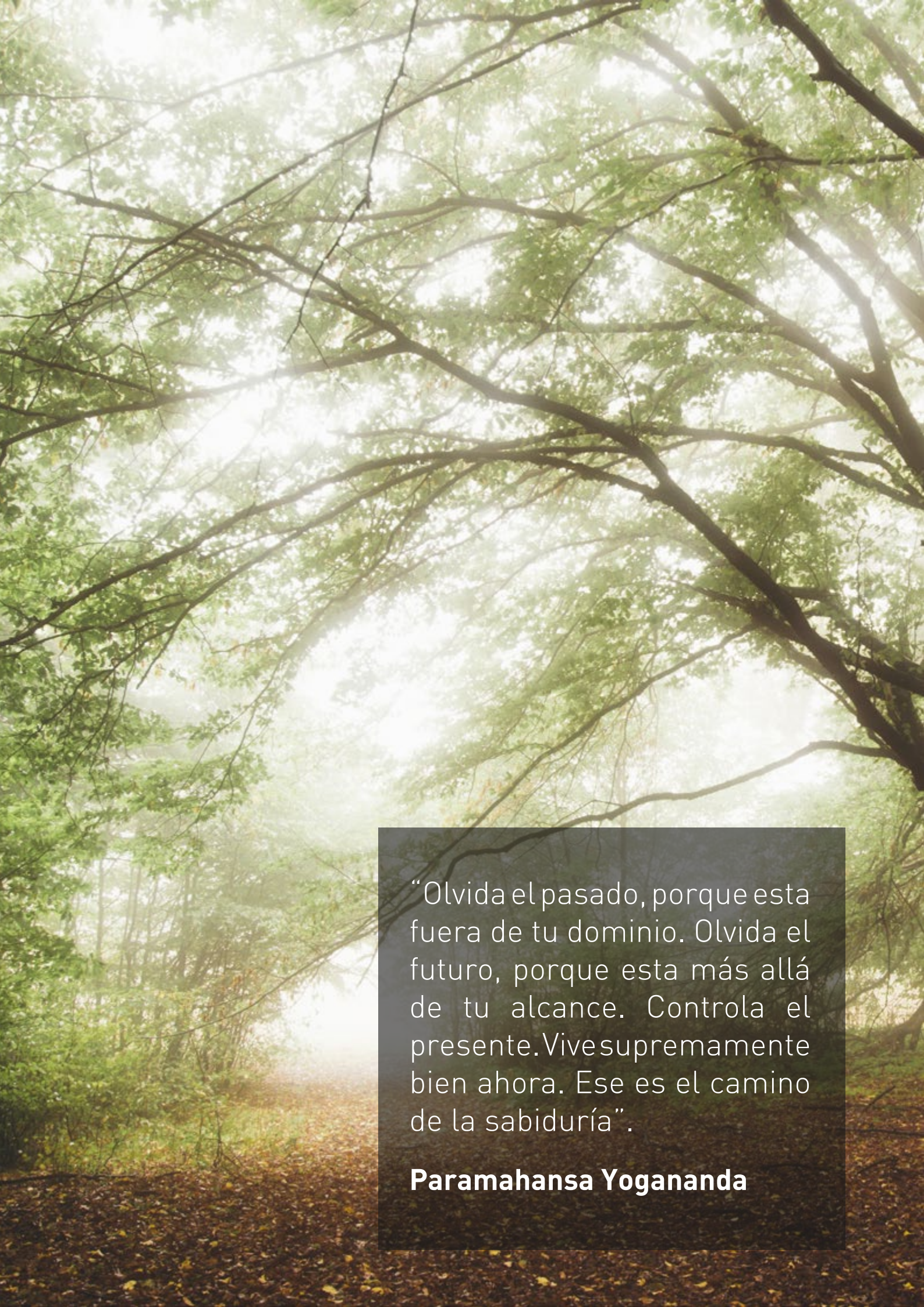
Aprenderemos a programar sesiones de meditación, tanto para configurar nuestra práctica adaptada a las circunstancias que cada uno vive, como para nuestros alumnos.

- **Yoga tántrico. Grupo de estudio del Vijñana Bhairava Tantra.**

Proponemos una lectura pausada y reflexiva de unos de los textos más importantes de la tradición tántrica, donde se exponen técnicas meditativas y yóguicas que un practicante avanzado debería conocer.


- **Semillas de consciencia**

Un apartado creado para actualizarnos en temas referentes al avance espiritual, donde abordaremos temáticas como la vida y la muerte, la lectura de textos relevantes, la consciencia, y el camino interior.



“Olvida el pasado, porque esta fuera de tu dominio. Olvida el futuro, porque esta más allá de tu alcance. Controla el presente. Vive supremamente bien ahora. Ese es el camino de la sabiduría”.

Paramahansa Yogananda



“El Yoga es la tendencia mental
que nos lleva a realizar nuestro
más alto potencial”.

Sri Krishnamacharya

Nuestro **objetivo**

Nuestro objetivo en este entrenamiento de yoga avanzado, es poder retomar la formación de segundo año, en una versión más actualizada, y recuperar sus prácticas para continuar profundizando en las diferentes áreas de conocimiento y crecimiento.

Creemos necesario retomar el contacto y la práctica mensualmente, para poder llegar al espacio del retiro con un asentamiento de nuestra sadhana y una adecuada proyección interior.

Un sábado o domingo al mes por la mañana (horario de 10:00 a 13:00 aprox.) tendremos una tutoría para dudas, donde también trabajaremos sobre textos, nuevo material didáctico y recomendaremos libros para seguir aprendiendo en nuestro camino, reconectarnos y generar un compromiso con nosotros mismos.

Es fundamental el acompañamiento en estos instantes de cambio, generar una buena práctica y continuar el trabajo que habéis emprendido con nosotros.



Es nuestro deseo transmitir el Yoga desde el corazón, con cercanía y sencillez. Como un camino para el crecimiento en la propia vida, para hacernos conscientes del modo en que vivimos y poder así vaciarnos de todo aquello que nos impide llegar a nuestra verdadera esencia.



Tarifas e inscripción

Esta formación tiene tres pasos claros y sencillos de pago:

- **Matrícula inicial** de 265€* (incluye la cuota correspondiente a la parte de formación del Retiro final).
- **Cuota** de 68€/mes - para antiguos alumnos Escuela de Yoga Om Shanti.
Cuota de 135€/mes – para alumnos de otras Escuelas.
- **Retiro final** 55€/día (aprox.) Alojamiento y pensión completa.

*Se puede solicitar el pago de la matrícula en dos plazos de 135€ cada uno.
Se puede solicitar el pago de la matrícula en cuatro plazos de 75€ cada uno.



Reserva de Plaza

Para la reserva de plaza se deberá rellenar la ficha de inscripción que aparece en nuestra web (<https://omshantiyoga.es/formulario-formacion-profesor-de-yoga-semipresencial-avanzado/>), además de realizar un ingreso correspondiente a la matrícula por un importe total de 265 euros.

Este importe será reembolsable únicamente en caso de anulación del curso por parte de la Escuela de Yoga Om Shanti.

En el ingreso deberá constar el nombre y apellidos del alumno.

Número de cuenta:

ES71 0182 4590 1802 0159 3707 BBVA

Para cualquier pregunta no duden en ponerse en contacto con la dirección de la Escuela en el tlf. +34 644 539 277

“El yoga es una luz, que una vez encendida, nunca se atenuará. Cuanto mejor es la práctica, más brillante es la llama”.

B.K.S. Iyengar



OM SHANTI
Escuela de Yoga

Om Shanti Yoga

Escuela de Yoga

Telf: 0034 644 539 277

Email: info@omshantiyoga.es

<http://omshantiyoga.es>

<https://www.facebook.com/EscuelaOmShantiYoga/>