



Web: yogaensintesis.yoga
Wap +593 998 102465
centrobienestarquito@gmail.com
profesorado yoga ecuador

PROFESORADO DE YOGA 200 horas ECUADOR

LA ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE YOGA Y YOGHISMO (AIYY)

Es un movimiento cultural cuyo propósito es difundir salud a través del yoga.

Al momento se llevan más de 60 profesorados simultáneamente en 10 países, en Ecuador está en curso la novena generación.

OBJETIVO GENERAL

Capacitarse para realizar una práctica personal experta o, prepararse como profesor de yoga.

El Profesorado de Yoga está dirigido a alumnos principiantes o avanzados de diversas escuelas de Yoga, así como público en general.

DURACIÓN Y ESTRUCTURA DEL PROFESORADO

La formación de profesores de Yoga de 200 horas esta distribuida en 12 talleres presenciales de 14 horas cada uno, más un taller examen de 8 horas para evaluación. Luego de lo cual el estudiante recibirá el diploma que lo acredita como profesor de Yoga con certificación internacional.

El profesorado de divide en tres cuatrimestres que comprende

1. Ghathasta Yoga (Biomecánica)
2. Hatha Kriya Yoga (Yoga energético)
3. Raja Yoga (Yoga meditativo)

ESTRUCTURA DEL TALLER

Cada taller presencial de 14 horas se realiza **una vez por mes** 8 horas el sábado, 6 horas el domingo con el siguiente horario:
Sábado de 9h00 a 18h00 (13h00-14h00 receso), domingo de 8h00 a 14h30 (11h00-11h30 receso).

En cada taller habrá material de estudio y trabajos para realizar en casa.

Certificación Internacional: con el aval de la asociación de yoga mas grande de los Estados Unidos, el Yoga Alliance, la Asociación Internacional de Yoga Yoghismo (México) y del Centro Bienestar (Quito, Ecuador).

Para obtener el certificado internacional de profesor(a) de Yoga, el estudiante deberá completar los 12 talleres, el taller de evaluación final de 8 horas y cumplir con al menos 8 horas de servicio comunitario en las clases semanales que se ofrecen en el parque bicentenario de quito

COSTO DE LA FORMACIÓN:

Costo mensual: \$120 (dólares)

Este valor incluye: participación de un taller por mes de 14 horas; 3 clases semanales (en línea) en diferentes horarios a escoger, el material didáctico y asesoramiento, en total serán 32 horas mensuales entre capacitación y prácticas.

Ghathasta Yoga: es el trabajo con el cuerpo, involucra el estudio de anatomía, biomecánica, fisiología, uso de apoyos, como adaptar la practica en caso de patologías o molestias corporales.

Hatha Kriya Yoga, o yoga energético. Estudio de Pranayama (respiración), Mudras (gestos), bandhas (contracciones internas), Shat Karmas (técnicas de limpieza interna).

Fisiología sutil, estudio de: Chakras, Grantis, Koshas, Vayus

Raja Yoga, o yoga meditativo. Se abordan las emociones y su adecuada administración, estrés, depresión, ansiedad, etc. Revisión de diversas técnicas meditativas de acuerdo a varias tradiciones.

Programación enero – abril 2025

CUATRIMESTRE ENERO – ABRIL 2025

	Tema	Fecha	Modalidad
Taller 1	Introducción, Biomecánica y didáctica	enero 25, 26	Presencial
Taller 2	Anatomía y manejo de riesgos	febrero 22, 23	Presencial
Taller 3	Nutrición, salud y alimentación	marzo 15, 16	Presencial
Taller 4	Orígenes y filosofía del Yoga	abril 5, 6	Presencial

Ubicación: Urbanización El Condado, calle B Oe6-04 y cale K Quito



INFORMES: Ing. Nelson Pacheco Coordinador: 0998102465
wap +593 998102465