FEDEFY
FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ENTIDADES FORMADORAS DE YOGA

apyìa
ASOCIACIÓN PROFESORES YOGA INTEGRAL DE ALICANTE

Yoga Alliance International
YAI
500hr CERTIFIED TEACHER

YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL
EUROPEAN DIVISION

prana
ESCUELA DE YOGA
DESDE 1995

FORMACIÓN PROFESORES YOGA

Próxima Promoción

INICIO en Septiembre

639 52 09 52

www.pranaescueladeyoga.com

Formación completa en Yoga Integral de acuerdo con la normativa legal vigente con una duración de dos años divididos en 12 módulos mensuales por año, tres de ellos residenciales en plena naturaleza.

Total de **580 horas** entre:

Teoría y Práctica del Yoga (180 h.), Metodología y Pedagogía (280 h.)

y Prácticas supervisadas (120 h.).

TUTORÍAS INDIVIDUALES Y SEGUIMIENTO PERSONALIZADO.

PRÁCTICAS EN LA PROPIA ESCUELA. BOLSA DE TRABAJO.

TITULACIÓN RECONOCIDA POR **APYIA** (Asociación de Profesores de Yoga Integral de Alicante), entidad asociada a **FEDEFY** (Federación Estatal de Entidades Formadoras de Yoga).

FORMACIÓN RECONOCIDA POR **YAI** (Yoga Alliance International).

CONTENIDOS

*** INTRODUCCIÓN E HISTORIA DEL YOGA. RAMAS DEL YOGA. YOGA INTEGRAL**

*** ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA APLICADAS AL YOGA. YOGA Y SALUD POSTURAL**

*** SALUD, YOGA Y AYURVEDA**

*** METODOLOGÍA Y PEDAGOGÍA DE ASANA. SERIES DE PAWANMUKHTASANAS. KARANAS Y EJERCICIOS PREPARATORIOS. SERIES DE SURYA NAMASKAR. CHANDRA NAMASKAR. CINCO TIBETANOS**

*** CLASIFICACIÓN DE ASANAS. ASANAS BÁSICAS Y ASANAS DE PROFUNDIZACIÓN**

*** METODOLOGÍA Y PEDAGOGÍA DE PRANAYAMA. FISIOLOGÍA DE LA RESPIRACIÓN. RESPIRACIÓN YÓGUICA COMPLETA. CLASIFICACIÓN DE PRANAYAMAS. PRANAYAMAS VITALIZANTES, EQUILIBRANTES Y RELAJANTES.**

*** MUDRAS, BANDHAS, SHATKARMAS.**

*** TÉCNICAS DE RELAJACIÓN Y YOGA NIDRA. YOGA Y NEUROCIENCIA.**

*** CONCENTRACIÓN Y MEDITACIÓN. MEDITACIONES CLÁSICAS Y MEDITACIONES ACTIVAS.**

*** ANATOMÍA ENERGÉTICA. LAS CINCO KOSHAS. NADIS. SWARA YOGA. CHAKRAS.**

***YOGA SUTRAS DE PATANJALI**

*** LA SESIÓN DE YOGA. CLASE Y SESIÓN. SERIES EQUILIBRADAS Y POR OBJETIVOS. LA SADHANA**

*** OTROS ESTILOS DE YOGA. YOGA INTEGRAL. YOGA LIBRE.**

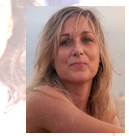
*** LA ENSEÑANZA DEL YOGA. CUALIDADES DEL PROFESOR. TIPOLOGÍA DE ALUMNOS.**

*** YOGA INFANTIL. YOGA PRENATAL. YOGATERAPIA.**

EQUIPO DE PROFESORES

Jose Manuel Lorente (Shankara): Profesor de Yoga Integral y director de PRANA, ESCUELA DE YOGA. Formado con Jordi Colomer en el Ananda Ioga Institut de Barcelona. Instructor del Método Satyanada/Bihar Yoga por la Escuela Kalpa Vriksha de Turín, Italia. Facilitador de Reajuste Vital. Monitor de Meditaciones Activas. Master Yoga Teacher reconocido por Yoga Alliance International. Imparte cursos, talleres, retiros y vacaciones de yoga desde 1995.

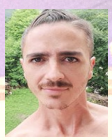
Dr. Rafael Santamaria Amorós: Licenciado en Medicina por la Univ. De Alicante. Médico homeópata por el Instituto Mexicano de Homeopatía y la FEMH (Federación Española de Médicos Homeópatas). Profesor de Yoga, por la Escuela Internacional ETY de Claude Marechal y reconocido por Yoga Alliance International. Diplomado en Ayurveda por la Academia Ayurvédica de Pune (India). Director de ALAYA CLINICA.



Esther García San Miguel: Profesora de Yoga Integral titulada por Escuela de Yoga Dhyana y Escuela de Yoga Prana, reconocida por APYIA y Yoga Alliance International. Formada en Yoga Dinámico con José Luis Cabezas. Formada en Yoga Infantil y Yoga Prenatal. Doula. Formada en Yoga Terapeutico. Creadora del método Yoga Salud Postural.

Pablo Cortés Pizano: Licenciado en Bellas Artes. Profesor de Yoga Integral titulado por Escuela de Yoga Dhyana y Escuela de Yoga Prana, reconocido por APYIA y Yoga Alliance International. Formado en Yoga Terapia con Víctor Morera. Facilitador de Reajuste Vital.

Vivi López Llinares: Profesora de Yoga Integral titulada por Escuela de Yoga Dhyana y Escuela de Yoga Prana, reconocida por APYIA y Yoga Alliance International. Formada en Yoga Terapia y Manos con Víctor Morera. Facilitadora de Reajuste Vital.



Francisco Ros Rodríguez: Profesor de Yoga Integral titulado por Escuela de Yoga Prana, reconocido por APYIA y Yoga Alliance International. Formado en Nada Yoga en Rishikesh, India. Formado en Meditaciones Activas. Facilitador de Reajuste Vital.

Lucía González Carreras: Maestra de educación física y educación especial. Profesora de Yoga Integral por Escuela de Yoga Prana, reconocida por APYIA y Yoga Alliance International.

Luz Chumillas Martínez: Profesora de Yoga Integral titulada por Escuela de Yoga Prana, reconocida por APYIA y Yoga Alliance International.• Formada en yoga y meditación por la escuela de Sri Purohit Swami Wellness. Formada en yoga para niños "Chilplay Yoga". Socia fundadora de AYIFA, Asociación de Yoga Infantil y Familiar de Alicante.