FORMACIÓN EN YIN YOGA

25 horas YACEP

VALENCIA: *Centro Yoga Iturbi, 13 y 14 de Junio 2020*

Registrada en Yoga Alliance como Formación Continua

Con este curso intensivo te capacitarás para crear e impartir tus propias clases de Yin Yoga, elaborándolas a partir del cuerpo energético (meridianos de la Medicina Tradicional China) y el físico (trabajando en el concepto más occidental de la fascia y del tejido conectivo).

El Yin Yoga se fundamenta en los principios de la Medicina Tradicional China, incidiendo en los Meridianos para conseguir el flujo correcto y equilibrado del Chi.
Al contrario que la mayoría de prácticas dinámicas actuales de yoga, diseñadas para trabajar la mitad muscular del cuerpo (los tejidos yang), el Yin Yoga actúa sobre la otra mitad: los tejidos "yin" más profundos, como son los ligamentos, las articulaciones, las redes fasciales e incluso los huesos.
En palabras de su creador, Paul Grilley, el Yin yoga se diferencia de las demás prácticas de Yoga en que "los músculos deben estar relajados y las posturas se mantienen largo tiempo."

Esta formación acreditada está dirigida a:

Profesores de Yoga que deseen obtener una especialización en Yin Yoga y ampliar el enfoque de su enseñanza de una manera más diversa y holística (contándoles además las horas en el registro de Yoga Alliance o para cualquier Proceso Acreditativo en el que quieran participar).
Cualquier practicante de Yoga que quiera aumentar sus conocimientos sobre este Yoga meditativo.

FECHAS Y HORARIOS

13 y 14 de Junio

Sábado: de 9:00-14 h y de 15:00 h-20 h

Domingo: de 9:00-14 h y de 15 a 20 h.

Tendremos breves descansos para tomar infusiones, etc.

(LOS HORARIOS PUEDEN ESTAR SUJETOS A CAMBIOS).

PRECIO: 280 € (para reservas antes del 20 de abril de 2020)

-Plazas limitadas-

www.pranayogaformacion.es/yinyoga.html

Temario:

1. Definición y orígenes del Yin Yoga
2. Bases de la Medicina Tradicional China
3. Práctica y Pedagogía del Yin Yoga
4. Anatomía y Yin Yoga
5. Asanas de Yin Yoga (30 asanas y variaciones)
6. Secuencias de Yin Yoga:

- Secuencia para el elemento MADERA
- Secuencia para el elemento FUEGO
- Secuencia para el elemento TIERRA
- Secuencia para el elemento METAL
- Secuencia para el elemento AGUA
- Secuencias sugeridas para practicar durante la Menstruación,
- Menopausia.
- Secuencia REVITALIZANTE
- Secuencia General de Elementos y Meridianos, EQUILIBRANTE.

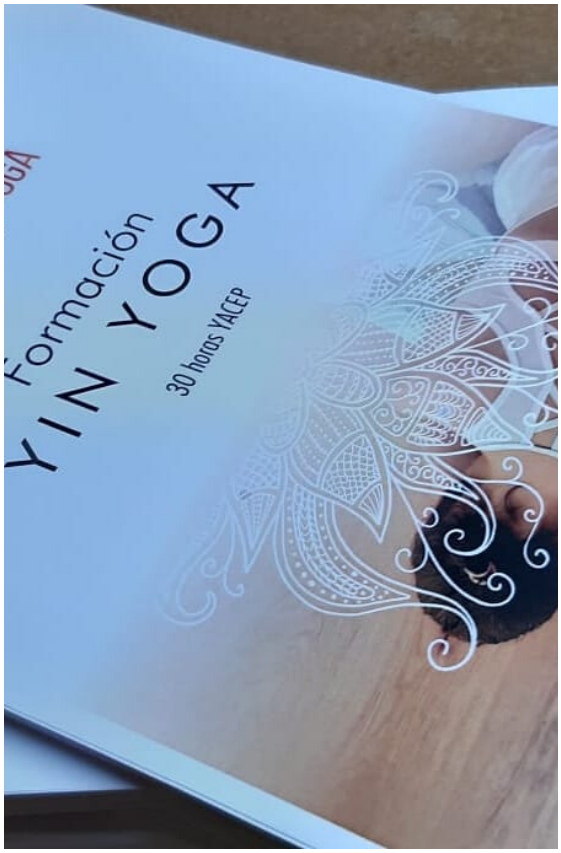
Medicina Tradicional China y su aplicación al Yoga (Yin-Yang, 5 Elementos, Meridianos, Órganos, etc.)
Fascias y relación con la MTC y sus meridianos.
Posturas de Yin Yoga, cómo elaborar secuencias basadas en conceptos taoístas (meridianos, yoga estacional, etc.) y cómo dirigir sesiones.

Título de 25 h Yoga Alliance.

Para recibir la titulación se ha de ser profesor/a de yoga (se expedirá Certificado de Aprovechamiento, en caso de no disponer de titulación en yoga).

Qué incluye:

- 4 Máster Class.
- Diploma acreditativo.
- Temario impreso de más de 150 páginas.
- Bolsa de regalo.
- Lámina a color con los Meridianos MTC.
- Lámina a color con la secuencia EQUILIBRANTE de los Elementos.



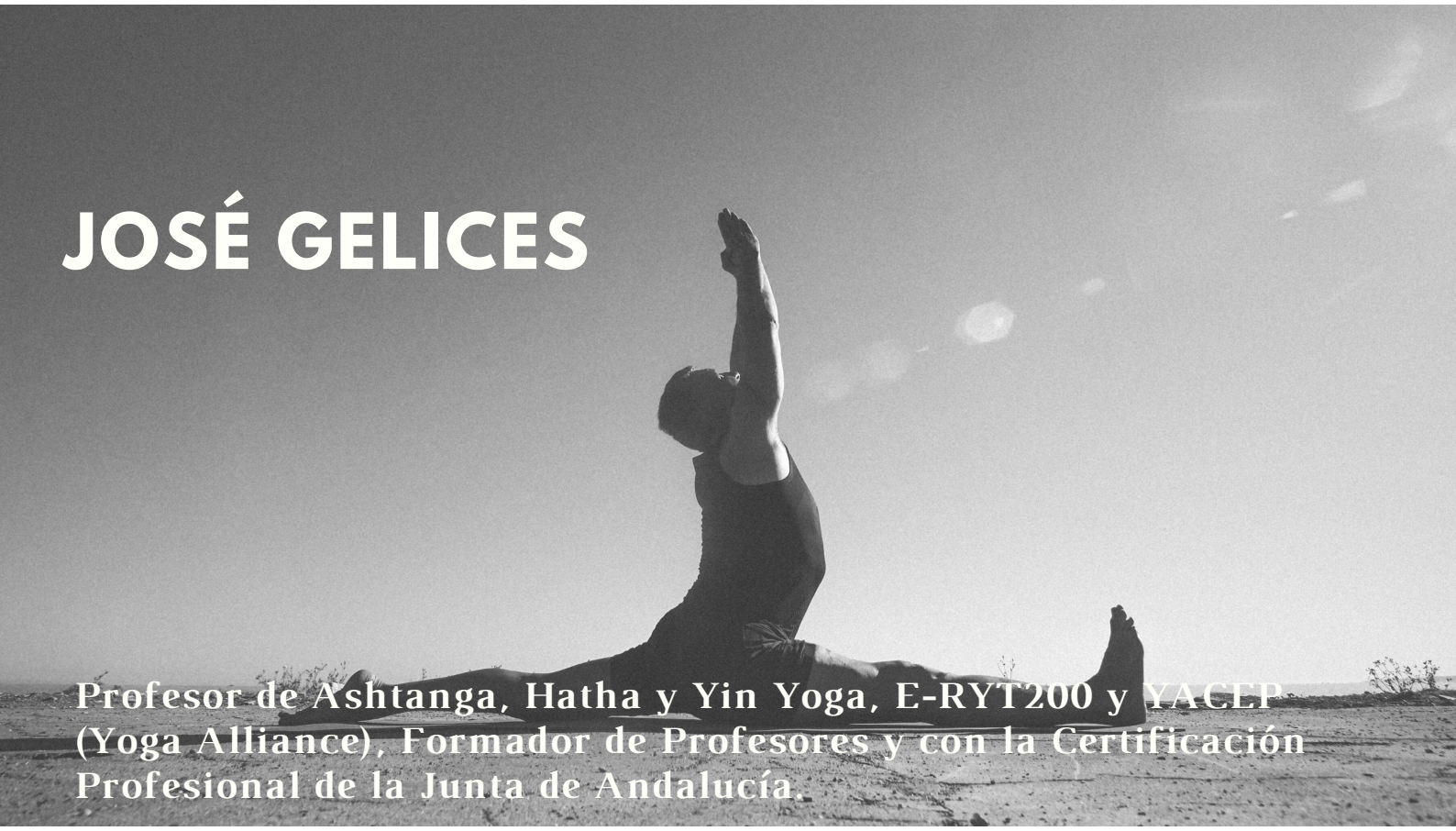
ADELANTA TU RESERVA:

Precio (antes del 20 de Abril de 2020, early bird): 280 € (80 de reserva de plaza + 200 al inicio del taller).
Precio (A partir del 20 de abril de 2020): 350 € (100 de reserva de plaza + 250 al inicio del taller)
Precios sin IVA.
No se devuelve la reserva para cancelaciones con menos de un mes de antelación.

Abono de la reserva por transferencia:

TRANSFERENCIA BANCARIA a nombre de:
María del Carmen Peralto Moreno
IBAN: ES61 3058 0990 2127 0912 4386
Concepto: “Nombre y Apellidos” y “Valencia YinYoga”.

IMPARTEN:



JOSÉ GELICES

Profesor de Ashtanga, Hatha y Yin Yoga, E-RYT200 y YACEP (Yoga Alliance), Formador de Profesores y con la Certificación Profesional de la Junta de Andalucía.

CARMEN PERALTO

Profesora de Hatha y Yin Yoga, RYT200; Formadora de Profesores y con la Certificación Profesional de la Junta de Andalucía.

Lugar: Centro Yoga Iturbi

Carrer de la Pianista Empar Iturbi, 47, 46006 València

Más información para reservar plaza: 633447174 Carmen

infopranayogamalaga@gmail.com

www.pranayogaformacion.es/yinyoga.html