

FORMACIÓN DE PROFESORES VALENCIA 2017/2018

ASHTANGA YOGA AVANZADO

ARMONIA "Crecer y Conectar"

El conocimiento nace de la mejor discriminación, nos lleva a la orilla mas lejana. Es intuitivo, omnisciente mas allá de todas las divisiones del tiempo y espacio.

Patanjali

Jana A. Cizpin, es profesora de Ashtanga Yoga de acuerdo con las instrucciones de los Yoga Sutras de Patanjali.

Su experiencia personal con el Ashtanga Yoga, es una vivencia de gratitud y amor por esta práctica. Practica Yoga desde hace 20 años y he profundizado en la técnica formándome como profesora de Ashtanga Yoga en la Mysore Mandala Shala en India. He viajado mucho por el mundo Yoga nutriéndome de maestros y prácticas basadas en la tradición. Continuo mi formación con un curso de yoga intensivo en el KYM en Chennai desde la India. Disfruté de un entrenamiento de Ashtanga Yoga con David Svenson y un taller con Manu Jois (hijo de K. Pattabhi Jois). Decido escribir dos libros para que la sabiduría de esta práctica se expanda y llegue al mayor numero de personas: "Ashtanga Yoga" y "Manual de Pranayamas".

FORMACION ASHTANGA YOGA AVANZADO VALENCIA

Enfoque del curso

Este curso está diseñado para aquéllos que disfrutan y gustan de una buena forma física, además de querer entender la sabiduría de esta tradición y que tienen la intención de enseñarla a un nivel alto.

En esta formación vas a aprender a dirigir clases de Ashtanga para avanzados. Tanto si eres profesor de Yoga como si no, esta formación es altamente recomendable para todas aquellas personas que deseen afinar y profundizar su practica y todos aquellos profesores de Yoga que deseen concretar y mejorar su formación y aprender el sistema de Ashtanga Yoga.

EN ESTA FORMACIÓN APRENDERAS

- Realización de variantes y adaptaciones de cada una de las Asanas de la segunda serie de Ashtanga.
- Como ajustar los series des Ashtanga yoga para mujeres embarazadas y personas con enfermedades y lesiones
- Como planear y enseñar clases de Pranayama (respiración) y meditación
- Estudio de los textos antiguos sobre Yoga y su relación a la practica
- Shatkarmas, Chakras, Bindu, Nadis y Koshas
- Ayurveda y el sistema de Tridosha: Vata / Pitta / Kapha

MODULOS

Trasversales a todos los seminarios

- Módulo 1: Ajustes y enseñanzas
- Módulo 2: Pranayamas y meditación
- Módulo 3: Planificación de clases, anatomía y yoga terapéutico.
- Módulo 4: Filosofía del Yoga y los textos antiguos sobre Yoga.
- Módulo 5: Ayurveda

REQUISITOS

Practica de Ashtanga Yoga por un mínimo de 2 años y/o otra formación de Yoga. Pasar una entrevista. Durante la formación tienes que asistir un mínimo de dos clases por semana.

ESTRUCTURA DEL CURSO

La formación tiene una duración de 210 horas:

90 h presenciales con el formador

120 h de practica personal (22 h de las clases de práctica personal están incluidas en la formación durante los seminarios)

El resto de horas pueden realizarse durante la semana en el Centro Armonía y están incluidas en le precio (Nivel Avanzado mínimo dos veces por semana).

HORARIO

Sábados 9:30h a 14h y de 16h a 18h

Domingos de 9:30h a 14h

FECHAS: AÑO 2017/2018

30 Septiembre – 01 Octubre 2017

28 – 29 Octubre

25 – 26 Noviembre

16 – 17 Diciembre

27 – 28 Enero 2018

24 – 25 Febrero

24 – 25 Marzo

21 – 22 Abril

19 – 20 Mayo

16 – 17 Junio

07 – 08 Julio

COSTE

Reserva de palza: 150€ que se descontaran del primer pago

*Esta cuota no será devuelta en caso de no realizar el curso.

Formas de pago:

Pago único : 1550€ (Se descontara la matricula)

3 pagos de 530€ (TOTAL – 1590€) (Del primer pago se descuentan los 150€ de matricula)

4 Pagos de 430€ (TOTAL – 1720€) (Del primer pago se descuentan los 150€ de matricula)

180€ por seminario (TOTAL – 1980€) - Se tienen que pagar un mínimo de 10 seminarios . Si no pudieras asistir a alguno de los seminarios puedes recuperarlo en el curso siguiente.

RESERVA DE PLAZA

Para reservar tu plaza debes inscribirte del siguiente modo:

1.- Ingresar el importe de la matrícula (150 €) en Bankia: ES66 2038 6555 5330 0058 9531 indicando NOMBRE + APELLIDO + ASHTANGA YOGA NIVEL 1

2. - En metálico en la c/Duque de Gaeta 31 o por Correo ordinario a la dirección Centro ARMONIA - C/Duque de Gaeta 31 – 46022 –Valencia (Indicando remitente)

3.- Cuando tengas realizada la matrícula tienes que enviar un correo con los siguientes datos y junto al comprobante de pago de la matrícula a armoniavalencia@gmail.com

Nombre

Apellidos

Fecha Nacimiento

Experiencia en la Práctica del Yoga

Teléfonos y Mail

LUGAR

La formación se realizará en ARMONIA "Crecer y Conectar"

c/ Duque de Gaeta 31 – 46022 – Valencia

Teléfonos:

961142993 (Centro Armonía)

646983503 (Lorena)

615152616 (Pablo)

693247226 (Jana)



