





CURSO DE FORMACIÓN: YOGA TERAPÉUTICO - MANEJO DE PATOLOGÍAS



CONTACTO

-  +57 313 423 9220
-  premamandal.yoga@gmail.com
-  www.premamandalyoga.com
-  Carrera 28 # 1G-18, Bogotá.

HORARIO

- Sábados de 3:00 p.m. a 6:00 p.m.
- Duración: 15 sesiones.
- Inicio: 23 de mayo.
- Finalización: 10 de mayo.

MODALIDAD

- Presencial
- Virtual
- Mixto

CERTIFICADO

- Este curso es certificado por Prema Mandal Yoga - 100 Horas.
- Cuando completes 200 Horas en nuestra escuela, puedes tener la certificación internacional avalada por Yoga Alliance y Adhyatma Yoga Association.

Este curso brinda las herramientas para el manejo de las principales patologías osteomusculares. Todas las sesiones tienen práctica de asanas (posturas).

INSTRUCTOR

KRIPA RAMA DAS

- 25 años de experiencia como docente de yoga.
- Antropólogo Universidad Nacional de Colombia.
- Músico, asesor en Ayurveda y astrología.

¿PARA QUIÉN ES EL CURSO?

- Para quien desee profundizar en su práctica personal de yoga.
- Para quien desee certificarse como instructor de yoga terapéutico.

PRERREQUISITOS

- Haber cursado en nuestra escuela yoga terapéutico osteomuscular o tener conocimientos básicos de anatomía-biomecánica y 3 meses de práctica de asanas.

INVERSIÓN

- \$600.000 COP en una cuota.
- \$700.000 COP en dos cuotas.
- Medios de pago: efectivo, nequi, daviplata, transferencia bancaria o tarjeta de crédito.

DERECHOS

- Certificado.
- PDFs de todas las sesiones.
- 15 videos con las clases teóricas.
- 15 videos con las clases prácticas.
- Biblioteca digital.

TEMARIO



FUNDAMENTOS

1. Introducción al curso. Análisis postural.
2. Higiene postural.
3. Diagnóstico de la patología.
4. Emoción y enfermedad.
5. Protocolo de intervención a través del yoga terapéutico.

TERAPÉUTICA

6. Rectificación de la lordosis cervical.
7. Lesión del manguito rotador.
8. Epicondilitis y epitrocleitis.
9. Túnel del carpo.
10. Hipercifosis.
11. Escoliosis.
12. Híper lordosis lumbar.
13. Ciática.
14. Artrosis de rodilla.
15. Fascitis plantar.