

PROFESORADO 2025

HATHA YOGA 400HS

online



PRIMER PASO



Bienvenidx a OTRA MIRADA YOGA

A continuación encontrarás toda la información que necesitas respecto al Profesorado de Hatha Yoga 400hs certificado internacionalmente.

Necesitas haber cursado el Instructorado
en Hatha Yoga
para realizar esta formación

GENERALIDADES DE LA FORMACIÓN

DURACIÓN

10 MESES
Marzo a diciembre

Si no fue suficiente el plazo, podés continuar hasta terminarlo. Tenés hasta 12 meses para rendir lo pendiente.

REQUISITOS

Instructorado en Hatha
Yoga OMY 200 hs

DIRIGIDO A

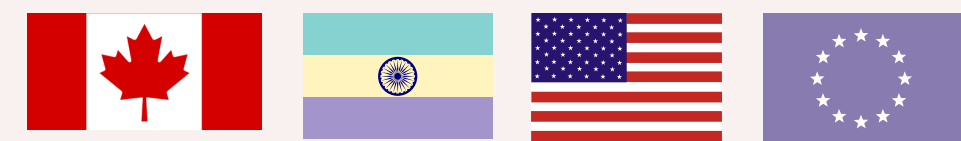
Instructores en Hatha
yoga que necesiten
profundizar y obtener
recursos para sus clases

CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

OMY está certificada
Internacionalmente por :

- IYA : International Yoga Association de Canadá
- YAI (Yoga Alliance International de India) y
- WYF (World Yoga Federation, Unión Europea y Estados Unidos)

Y al haberte certificado en nuestra Escuela, tenes el canal abierto para tramitar tu certificación individual con dichas Alianzas. si asi lo deseas



DETALLES DE LA CURSADA

VIRTUAL

**DESDE CUALQUIER
LUGAR DEL MUNDO**

DOS ENCUENTROS TEÓRICO-VIVENCIALES POR MES

2 miércoles al mes de 18 a 21 hs Arg 100% online.

Anatomía, Biomecánica, Ayurveda, Filosofía del Yoga y más.

Talleres de Secuencias Creativas a cargo de Natalia Romero y Loreley Cazeneuve.

Además de la posibilidad de seguir aprendiendo a dar clases en vivo/ presenciales, con practicantes reales en OMY.

UN TALLER MENSUAL INGENIERIA EN ASANA

último lunes de cada mes de 19 a 21 hs Arg 100% online.

Secuencias con sentido

enlaces creativos

Transiciones en armonía y mucho mas

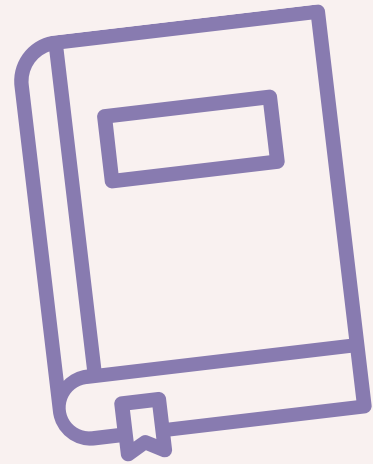
.

ACCESO ILIMITADO A TODA LA GRILLA DE CLASES

Más de 25 Clases semanales tanto en el Shala Presencial como en el Shala Virtual.



MATERIAL MEDULAR Y COMPLEMENTARIO



MANUALES y LIBROS DIGITALES

Cada módulo tendrá su manual teórico medular que lo sostiene y material complementario con videos y libros digitales en pdf, para complementar los conocimientos compartidos en cada encuentro de la formación.



ACCESO AL CAMPUS

Además las clases y material quedarán guardados en el campus virtual, por tiempo limitado, para que puedas volver a verlos (esto no reemplaza los encuentros teórico-vivenciales)



REQUISITOS PARA LA CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL DE 200 HS

2 PRACTICAS SEMANALES

Podés elegir libremente entre clases virtuales o presenciales, ambas suman para las 400HS.

Cada clase de Hatha suma 1,5 hs

Pranayama o Meditación 0,5 hs

Encuentros por mes 6 hs

1 taller mensual 2 hs

TRABAJOS DE ASIMILACIÓN

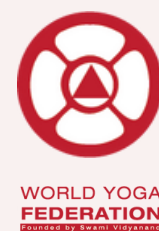
Cada módulo propone un trabajo de asimilación que alimenta la incorporación de cada contenido sumarán un mínimo 2 hs mensuales

ASISTENCIA DE MÍNIMO 80%

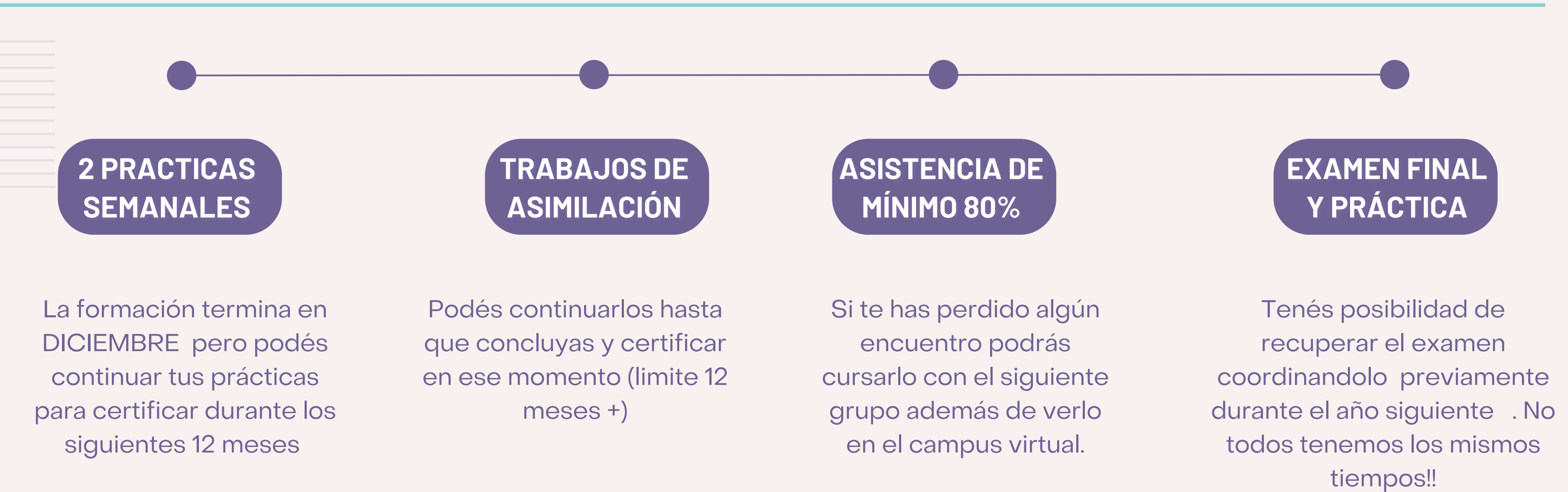
Los encuentros son en vivo desde la virtualidad para que puedas preguntar, aportar y enriquecer al grupo con tu presencia

EXAMEN FINAL Y PRÁCTICA

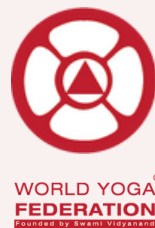
De opciones múltiples., con los conceptos abordados durante el Profesorado y haber encontrado la frecuencia + la estabilidad en la manera de dar clases y practicar acorde a tus posibilidades y limitaciones



QUE SUCEDE SI NO ALCANZO LOS REQUISITOS O LAS 200 HS AL FINALIZAR ?



NO TODOS TENEMOS LOS MISMOS TIEMPOS NI LOS MISMOS OBJETIVOS !!



CONTENIDOS DEL PROGRAMA



- 1 Anatomía y biomecánica
- 2 Cuerpo Sutil
- 3 Filosofía del Yoga Clásico
- 4 Ayurveda
- 5 Pedagogía y recursos didácticos
- 6 Armado de clases



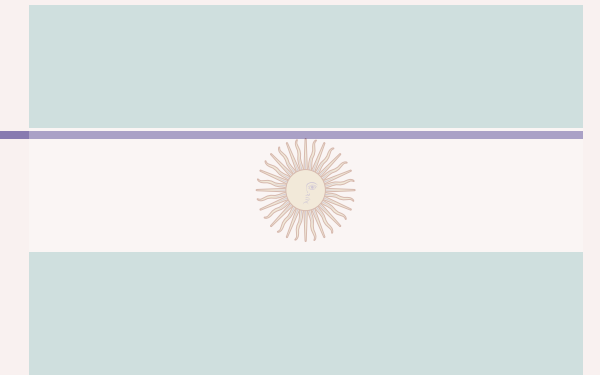
TEMARIO⁺

- Secuencias con sentido. Abordaremos transiciones creativas apoyadas en clases con fundamentos puntuales.
- Secuencias con Elementos
- Complejo mental . Meditaciones Guiadas
- Profundización en Yoga Nidra
- Variantes y progresiones
- Armado y desarmado desde la biomecánica
- Armado de fichas técnicas
- Estudio yoga Sutras fundamentales
- Ayurveda 2
- Pranayama 2
- Lesiones frecuentes

- Yoga y embarazo
- Yoga en sillas
- Yogaterapia
- Satkarmas. Jala neti/ Trātak
- Intro al sánscrito.
- Mindfulness



INVERSIÓN – DETALLES ADMINISTRATIVOS



SI ESTÁS EN **ARGENTINA**

Matrícula de inscripción a OMY: Pago único de **una cuota \$115000**

Con el pago de tu matrícula, iniciamos tu ingreso y mantenimiento al campus virtual donde quedaran las clases grabadas, los manuales digitales , material adicional y todo lo necesario para la formación.

+ 10 cuotas mensuales de

Transferencia \$115.000.

en efectivo \$95000

cada una de las cuotas entre marzo y diciembre.

50% dto en matrícula antes del 15/11

Se abona entre el **1 y el 10 de cada mes (luego recargo del 10%)**

No es nuestro estilo aumentar el arancel periodicamente, pero, si así el contexto lo requiere, lo haremos en junio – septiembre y/o noviembre

La matrícula NO es reembolsable por ningún motivo.

INVERSIÓN – DETALLES ADMINISTRATIVOS



SI ESTÁS EN EL **EXTERIOR**

Matrícula de inscripción a OMY: Pago único de U\$100

50% de descuento en matrícula por inscripción temprana antes del 15/11 !

Con el pago de tu matrícula iniciamos tu ingreso y mantenimiento al campus virtual donde quedaran las clases grabadas, los manuales que confeccionamos especialmente, el material adicional, etc

La matrícula NO es reembolsable por ningún motivo.

Y **10 cuotas mensuales** de U\$95. cada una entre marzo y diciembre
(consulta por descuento de pago anticipado del curso completo)

Medios y forma de Pago:

Se abona del 1 al 10 de cada mes por PayPal o Cuenta de USA.

En caso de ser Argentino y tener cuenta en el Pais, el valor será equivalente a U\$ 95 en AR\$ al dolar Blue del día.