Shimayá
YOGA

Formación Profesores de Yoga
200 horas

Encuentra tu estilo,
diseña tu práctica

SHIMAYÁ

Claudia Sainz (Shimayá Yoga)

Raul Trella (Om Body)

Querid@ yogui y yoguini,
Aquí ampliamos la información de la **Formación de Profesores de Yoga de 200 horas.**
La próxima formación en formato anual empezará en **Octubre 2022** y será un fin de semana al mes durante un año, con un total de **11 seminarios,** con vacaciones en Agosto y un **retiro final** de un fin de semana incluido.

Horarios
Las clases serán:
- Viernes de 19:00 a 21:00,
- Sábados de 8:00 a 14:00 y de 15:00 a 18:00.
- Domingos de 8:00 a 14:00.

Siendo un total de 15h reales por seminario.

El resto de horas hasta 200 se completan con el retiro final. Además de con las **prácticas obligadas,** que puedes hacer donde quieras y con el profesor que quieras durante el curso.

Deberás **entregarlas firmadas mes a mes** con fecha, nombre del profesor y estilo practicado.
Sumando un total de 50h.

El temario se da al principio de la formación en formato digital.

Incluye:
- Teoría de la práctica
- Beneficios y contraindicaciones de las posturas
- Ajustes
- Cómo crear secuencias
- Guía del profesor
- Anatomía
- Meditación
- Filosofía e historia
- Yoga nidra
- Teoría de los pranayamas y de la relajación
- Asesoramiento fiscal y de marketing para poder vivir del yoga

En cada seminario **practicaréis como profesores** con vuestros compañeros, en un ambiente muy distendido, para que al final del curso os sintáis completamente seguros de impartir una clase con todos sus componentes.

Las fechas son:

1. Octubre 14,15 y16
2. Noviembre 4, 5 y 6
3. Diciembre 2, 4 y 4
4. Enero 13, 14 y 15
5. Febrero 10, 11 y 12
6. Marzo 10, 11 y 12
7. Abril 14, 15 y 16
8. Mayo 12, 13 y 14
9. Junio 9, 10 y 11
10. Julio 1 y 2

RETIRO FINAL SEPTIEMBRE

- **El precio** es de 150€ cada seminario y se abonará al comienzo de cada uno.
- Para la reserva se abonarán 670€ (esta reserva incluye los gastos del alojamiento del retiro final, con pensión completa, título, diploma.....).
- **En el retiro** se abonarán solo los 150€ como en cualquier otro seminario.
- Si se abona todo el curso al principio del mismo, se obtiene un beneficio del 10%, quedando el curso en 2088€ (ahorro de 232€).
- En este caso el pago de reserva será igualmente de 670 y se abonará el restante hasta 2088 al inicio del curso.
- **La reserva No se devuelve bajo ningún concepto.**
- En el caso del pago fraccionado, si se decidiera abandonar el curso antes de su finalización, se deberá abonar la parte que falte ya que ese lugar no puede ser aprovechado por nadie.

Localización

La formación es en Náquera, Shimayá Studio (Valencia).

Certificado y exámenes

Durante el curso se pedirán trabajos para ir presentando durante el mismo.

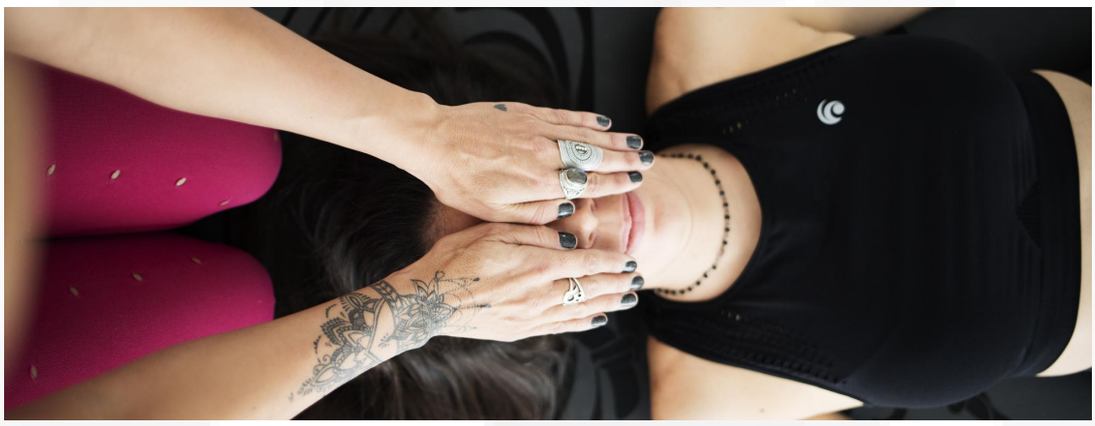
Al final se realizarán los exámenes:
- Anatomía
- Filosofía, historia, meditación, teoría del yoga, etc.
- Práctico

Para la obtención del certificado se deberá alcanzar una nota mínima de 6 en cada una de las partes.

Los exámenes son una clase práctica, examen de teoría,y examen de anatomía.

Normas

- No se puede faltar a ningún seminario.
- La falta a un seminario se podrá recuperar en el curso siguiente.
- La falta a dos seminarios conllevará la pérdida de examen en la convocatoria correspondiente.
- Si se faltara a uno (justificado por fuerza mayor), se podrá presentar al examen y se guardará la nota obtenida, a falta de entregar el certificado hasta la recuperación del seminario en cuestión.



Enseñanza

En este curso aprendemos la serie clásica de Sivananda, **12 posturas,** y a partir de ahí iremos desarrollando posturas y secuencias de vuestro estilo (practicando también otros estilos como Ashtanga, Vinyasa, Bikram o Yin Yoga) para que os sintáis lo más cerca a vuestra propia esencia, sin perder el sentido de la práctica ni los principios básicos de coherencia.

También aprenderéis a guiar pranayamas y meditación.

La formación se impartirán por **Claudia Sainz (Shimayá Yoga)** encargada de la práctica, teoría, filosofía, meditación, Nidra,etc. y **Raul Trella (Om Body)** que se encargará de la parte de anatomía.

Ocasionalmente contaremos con **profesores referentes en otros estilos**, como **Amba Dugo** de Hatha Ancestral, **Juan Montoliu** de Rocket, **Carol Sainz** con el uso del lenguaje, **Rober Dargye** con meditación y algún amigo profe de Ashtanga, que vendrán al estudio a impartiros masterclass de forma exclusiva.

La formación lleva el sello de la Yoga Alliance Internacional (200h) que avala para dar clases en cualquier parte del mundo, y que será válida en un futuro para convalidar con títulos oficiales (así es ahora mismo en Andalucía).

Después de esta formación seguiremos ofreciendo talleres específicos para que podáis enriquecer vuestra formación. Estos talleres suman horas de formación continua con la organización internacional Yoga Alliance. **El sello YACEP** con el que también cuenta la escuela Shimayá.

Cualquier duda podemos charlar telefónicamente.

Por tu parte necesitamos saber:
¿Cuánto hace que practicas?
¿Qué estilo/s practicas?
¿Por qué quieres hacer el curso?
¿Tienes alguna lesión?

Si finalmente te animas a hacer el curso, te haremos una pequeña entrevista antes del comienzo para conocerte un poco mejor y saber que de verdad estás preparad@ para formarte como profesor@, además de para ofrecerte lo mejor de nosotros.

Claudia 605 545 560
Raul Trella 673 693 789

Namasté
Shimayá Yoga, Om Body