

# curso de yogaterapia 09

**DURACIÓN:** De Octubre a Junio (sábados alternos)

**HORARIO:** De 9:30 a 14:00 h

**LUGAR:** Centro Wutan Córdoba (C/ caño 12) Tfn: 957 48 25 18

**PÁGINAS WEB:** <http://www.wutancordoba.com/> <http://es.geocities.com/gegnian1/cursos.htm>

**PROFESOR:** Antonio Morales (Profesor de Yoga y Yogaterapia, Quiromasajista Superior y Reflexólogo Podal)

**CONTACTO, INFORMACIÓN Y RESERVAS:**

Tfn: 957 48 25 18 email: [wutancordoba@gmail.com](mailto:wutancordoba@gmail.com) [asociacion\\_yoga\\_ahimsa@yahoo.es](mailto:asociacion_yoga_ahimsa@yahoo.es)

## PRECIO

**MATRICULA = 100 € (Se abonará al hacer la reserva)**

**CURSO = 810 € (9 mensualidades a 90 €)**

## DESCUENTOS

<b>SOCIOS WUTAN(*)</b>		<b>NO SOCIOS</b>	
Matrícula	100 €		
Curso	675 € (75 € /mes)		
<b>UN SOLO PAGO</b>		<b>UN SOLO PAGO</b>	
Matrícula	Gratis	Matrícula	Gratis
Curso	630 €	Curso	765 €
<b>PAGO TRIMESTRAL</b>		<b>PAGO TRIMESTRAL</b>	
Matrícula	50 €	Matrícula	50 €
Trimestre		Trimestre	
(Sept-Ene-Abril)	225 €	(Sept-Ene-Abril)	270 €

**(\*) Consultar, si el alumno pertenece a otra Escuela, Asociación, o Centro donde practica Yoga o actividades afines, para saber si le corresponde el descuento de socio.**

# PLAZAS LIMITADAS

## ¡RESERVA LA TUYA YA!

### PROGRAMA DEL CURSO DE YOGATERAPIA 2009-2010

El curso tendrá una duración de 9 meses, en sábados alternos, de Octubre a Junio

El horario será de 9:30 a 14:00

La Clase estará dividida normalmente en 3 partes: Anatomía, teoría de Yoga y Yogaterapia, y práctica de Yogaterapia. Cada una de estas partes tendrá tiempos variables en cada sesión dependiendo de las necesidades específicas de cada tema.

#### ANATOMÍA Y FISIOLÓGÍA

Se tratarán a nivel básico para comprender lo mínimo necesario para el buen desarrollo de nuestra práctica en Yogaterapia:

- Sistema respiratorio
- Sistema Músculo-esquelético
- Sistema Endocrino
- Sistema Nervioso
- Sistema Circulatorio
- Sistema Digestivo
- Sistema Reproductor
- Órganos de los Sentidos

#### TEORÍA YOGA Y YOGATERAPIA

- Nociones básicas sobre Yoga, Hatha-Yoga y Medicina Ayurvédica.
- Técnicas de Pranayama y Bandhas.
- Sistema Energético y Sutil del Hombre (Cuerpos, Nadis y Chakras)
- Asanas
- Armonización, Visualización, Meditación, Mantras y Japas
- Anamnesis y prácticas

#### PRACTICA YOGATERAPIA

- Surya Namaskar
- Fortalecimiento de Tendones
- Relajación
- Técnicas Básicas de Pranayama
- Visualización del Aura
- Energetizar el agua
- Ejercicios energéticos con el péndulo
- Asanas
- Armonización
- Visualización
- Mantras
- Japas
- Meditación
- Anamnesis y prácticas

