



FORMACIÓN ACRO.YOGA.THAI 2022 -2023 (200horas).

Curso de formación de profesores de *Acroyoga* impartido por Lucas Nunes y María Escudero. El curso cumple todos los requisitos establecidos por la *Yoga Alliance International* para las formaciones de profesor de *Yoga 200hrs. RYT (registred yoga training)*. Podríamos decir que el alumno se forma como profesor de *Yoga* en la modalidad de *Acroyoga*. El curso está dirigido a aquellas personas que trabajan para moverse con conciencia y quieren ampliar sus conocimientos y posibilidades para el cuerpo y la mente, ya sea para enseñar o para su propia práctica y evolución personal.

Nuestra intención, casi misión, es la de acercar la práctica de *Acroyoga* a la tradición e intención del *Yoga*, entendiendo que hacemos un trabajo de *asanas* diferente, con dos cuerpos o más, pero los otros aspectos del *yoga*, han de seguir estando en nuestra práctica para que realmente sea una práctica de *acroyoga* y no de acrobacia. El alineamiento y la aportación del masaje es fundamental para la comprensión de las estructuras óseas que buscamos para que las posturas sean "estables y confortables".

Buscamos practicantes que compartan este entendimiento de la práctica para transmitirla con respeto, integridad y mucho cariño!

- En qué consiste el **CURSO**:

Dividimos el curso de formación en 7 módulos de fin de semana, y enviamos algunos videos y trabajos a realizar por parte de los alumnos. El curso se completará con un retiro de 4 días.

En los primeros módulos enseñamos las *asanas* de *yoga* que trabajaremos durante todo el curso, varias secuencias de *acroyoga* y de *Thai Massage*, y la filosofía básica del *yoga* que consideramos que todo profesor debería conocer+entender+practicar. A lo largo del curso repasamos la anatomía física básica, así como la anatomía sutil, practicamos meditación y *pranayamas*, multitud de posturas, transiciones, "*washing machines*" e invertidas de *acroyoga*, tanto acrobáticas como terapéuticas, y compartimos herramientas para diseñar clases y talleres y para guiarlas con confianza.

Programa diario orientativo:

8:00 – meditación y práctica de *pranayamas*

8:30 – *asanas*

10:30 – desayuno

11:00 – teoría

13:00 – práctica de *acroyoga*

14:30 – comida y descanso

16:00 – teoría

17:00 – práctica de *acroyoga*

18:30 – masaje

- Estos son los **REQUISITOS**:

Los participantes deben practicar *yoga* y *acroyoga* u otras disciplinas que trabajen fuerza, flexibilidad y concentración y describir su experiencia en su solicitud. Deben enviar el formulario de inscripción debidamente cumplimentado.





- **PRECIOS** y formas de pago:

El curso completo cuesta 2.100€ (incluido el retiro de agosto) realizando un único pago.

También puede pagarse el curso por módulos: 8 pagos de 280€ (incluido el retiro de julio).

* Por motivos de organización, se debe formalizar la reserva abonando un 20% del coste, o pagando un módulo por adelantado, (dependiendo del modo de pago elegido) con un mes de antelación.

* El precio incluye todas las clases y entrenamientos, apuntes y certificación. Además incluye los desayunos y comidas durante los módulos; y alojamiento y todas las comidas durante el retiro.

* Esta formación será dirigida en Español, aunque podemos ayudar tanto en Inglés como en Portugués.

* No se podrán utilizar aparatos electrónicos en la sala de práctica.

* Todos los alumnos que completen la formación serán incluidos en la web de la escuela como profesores certificados.

* Los alumnos formados previamente en otras escuelas de *Acroyoga*, tendrán un descuento del 20% para completar esta formación.

- **INSCRIPCIÓN:**

Rellena el siguiente formulario de inscripción:

<https://forms.gle/BD49MIWVY535AcgB7>

Responde con sinceridad, personalmente, y ponte a practicar para poder llegar al curso con la cualidad física y mental necesaria!

**CURSO DE FORMACIÓN:
PROFESORES DE
ACROYOGA**
con Lucas Nunes
& Maria Escudero

Yoga Alliance International
INDIA

en **BARCELONA 2022-2023**

- ▶ 22-23 de Octubre 2022
- ▶ 19-20 de Noviembre 2022
- ▶ 17-18 de Diciembre 2022
- ▶ 25-26 de Marzo 2023
- ▶ 15-16 de Abril 2023
- ▶ 13-14 de Mayo 2023
- ▶ 3-4 de Junio 2023
- ▶ 13-16 de Julio 2023 (RETIRO)

200hrs.RYT

www.acroyogathai.com

*Las fechas pueden sufrir cambios si así lo decide el grupo de alumnos y docentes.



[ACRO.YOGA.THAI]