



FORMACIÓN DE PROFESORES DE KUNDALINI YOGA - ALICANTE

La Formación de Profesores de Kundalini Yoga de la escuela de Yogui Bhajan, está dirigida tanto a practicantes que desean ser profesores, como a las personas interesadas en profundizar en estas enseñanzas.

Dicha formación es la oficial impartida desde IKYTA (Internacional Kundalini Yoga Teachers Association) -la sede central, sita en Estados Unidos- que, en España, está representada por la AEKY (Asociación Española de Monitores de Kundalini Yoga). Esta última supervisa la formación que se imparte en el país a través de algunos equipos autorizados, entre los que se encuentran nuestros formadores Ambrosio Espinosa y Andrea, ambos formadores de Kundalini Yoga con el grado de Lead Trainer.

Os contamos: el curso típico de Formación de Monitores de Kundalini Yoga son 14 intensivos. El programa se reparte en los siguientes temas:

Programa:

- Orígenes e historia del Kundalini Yoga
- El arte de enseñar Kundalini Yoga: pautas y protocolo de enseñanza
- Mudras (posturas de manos) y Bandas (cerraduras energéticas)
- Prana (energía vital) Nadis (canales energéticos) y Kundalini (energía raíz)
- Respiración en yoga y sus diferentes tipos
- Relajación. Técnicas de relajación en yoga
- Meditación. Sus fases. El arte de meditar. Técnicas de meditación.
- Los siete chakras y el aura
- Los elementos (tierra, agua, fuego, aire y éter)
- Los gunas o fuerzas de la naturaleza
- Los diez cuerpos del ser humano
- Higiene yóguica
- Nutrición
- Conceptos filosóficos del Kundalini Yoga
- Patanjali y las ocho ramas del yoga
- Humanología: la ciencia del ser humano
- El papel del profesor de KY y del Maestro Espiritual
- Sadhana y práctica regular del Kundalini Yoga
- Las fases del desarrollo espiritual

Cada uno de los módulos contiene:

- Sadhana de Acuario (Kriya y meditación de los siete mantras) y Kriya de la tarde-noche, dirigidas por los alumnos, supervisadas y con comentarios posteriores de los asistentes, para recalcar puntos fuertes o mejorables del alumno enseñante

- Tema teórico del día. Se dan apuntes. Los apuntes son ampliaciones o elaboraciones del libro oficial de KRI, que se vende al público por internet.



- Talleres prácticos (de posturas -incluyendo variaciones para principiantes, discapacitados, mayores o embarazadas-, de técnicas de relajación o de respiración)
- Taller de mantras: aprenderemos a pronunciar correctamente y a cantar los mantras más significativos del KY
- Meditaciones varias: son tantas las meditaciones enseñadas por YB que iremos haciendo las más significativas.
- Talleres de anatomía y fisiología, así como de lesiones osteomusculares susceptibles de mejorar con yoga (también veremos la cara fea; lesiones que se provocan por un yoga técnicamente malo) Además se estudiarán enfermedades básicas de los distintos aparatos y cómo el yoga ayuda a su recuperación y al mantenimiento de la salud. Estos talleres se imparten en Power Point y se entrega CD con documento Words e imágenes, de modo que no hace falta tomar apuntes.

Para a ser socio de la AEKY y, por ende, recibir el título de Monitor de Kundalini Yoga con el sello de KRI. Para obtener dicho reconocimiento se piden, además de finalizar el curso:

- Superar un examen final teórico y práctico. El examen no tiene mala leche sino que trata de evaluar si el alumno está o no preparado para enseñar. En caso de no superar las pruebas, uno puede presentarse las veces que haga falta.
- Asistencia regular a clases durante el tiempo que dura la formación. Esto se aplica a poblaciones con profesores de Kundalini Yoga reconocidos por la AEKY.
- Asistencia a un tantra (Madrid, Barcelona, Fondjouan o cualquier otro que se celebre donde sea)
- Firmar el Código Ético del Profesor de Kundalini Yoga.
- Pagar la cuota anual de la AEKY (40 € /año aproximadamente).

Profesores:

Andrea Märten

Psicóloga de formación. Desde hace diez años se ha dedicado a desarrollar un enfoque holístico y sensible de la Psicoterapia, su gran pasión.

Su práctica tiene un enfoque dinámico y humanista, y se desarrolla mediante técnicas dirigidas a la movilización y el cambio, efectivas a corto o medio plazo. Gracias a su dilatada formación en yoga, enfocada sobre todo en la búsqueda interior, entiende la existencia como proceso de aprendizaje y una aceptación de la vida y la muerte sin angustia. Esta actitud ofrece a sus



pacientes un espacio de quietud y calor afectivo en el encuentro psicoterapéutico. En su consulta ofrece tratamientos individuales, de familia, de grupo y también para niños.

Currículum como psicóloga:

- ✓ Licenciada en Psicología por la Universidad Complutense de Madrid .
- ✓ Psiodramatista (dirección de grupos y bipersonal) por GEPM.
- ✓ Formación en Psicoanálisis kleiniano y especialista en técnica de juego infantil y tests proyectivos por ASIPSI.
- ✓ Terapeuta de EMDR reconocida por Francine Shapiro.
- ✓ Formación en Psicotraumatología, Estrés Traumático y Trastornos Disociativos por SEPET.
- ✓ Hipnoterapeuta Ericksoniana por el Instituto Erickson de Madrid.
- ✓ Especialista en ICV y Estrés Postraumático

Ambrosio Espinosa

Nacido en Bilbao (1959). Estudió medicina en Madrid; Especialista en Cirugía Ortopédica y Traumatología. A principios de los años 90, trabajando como traumatólogo en el barrio de Carabanchel de Madrid, se interesó por la osteopatía, que estudió hasta graduarse como Licenciado en Osteopatía por la Universidad de Westminster de Londres (British College of Osteopathic Medicine)

En su consulta aborda los trastornos osteomusculares desde la doble visión del médico traumatólogo, de un lado, y la del osteópata, del otro. Ello le otorga una perspectiva amplia y la capacidad para indicar unos tratamientos u otros. También se apoya en la ozonoterapia, técnica con amplias utilidades, complemento excelente a la osteopatía, y que, en ocasiones, puede sustituir a las infiltraciones (si bien habrá casos donde haya que indicar estas últimas). En un plano más específico, se ofrece asesoramiento en relación con yoga y lesiones musculoesqueléticas.

Precio:

La formación tiene una matrícula a nivel nacional. Cada seminario tiene un coste del que os podéis informar contactando con nosotros. En el precio de los seminarios está incluido material didáctico, libros, DVDs, etc.

Puedes solicitar información sin compromiso a través de nuestro [formulario de contacto](#) o a través de los emails info@yogaoasis.es ó sahajsingh11@yahoo.es.

Duración de los intensivos:

Nuestro formato es de un fin de semana al mes.

Dos de los intensivos son de fin de semana completo, en régimen de convivencia y retiro, en algún albergue rural cercano.

Número de asistentes:

Limitados. Las plazas se cubrirán por riguroso orden de inscripción, previo pago de la matrícula.



Puede realizar su inscripción a través de nuestro formulario de contacto, especificando en el campo comentarios 'Formación de Profesores de Kundalini Yoga'.

Fecha de inicio:

Entre septiembre y octubre en función de las plazas cubiertas (mínimo 12 – máximo 20).

Inscripción:

Para inscribirte, [rellena tus datos en nuestro formulario de contacto](#) y nos pondremos en contacto contigo para confirmar tu inscripción.

Más información:

Manolo Lara (Sahaj Singh): 627 950 589 (sahajsingh11@yahoo.es)

Maribel Martín: 657 896 912

Oasis Yoga: 966 351 640

info@oasisyoga.es

SAT NAM

