



YOGA Y TERAPIA DEL CORAZÓN

con Nischala Joy Devi, EE.UU

18 al 27 junio 2010

Sivananda Yoga Retreat House, Reith, Tirol (Austria)

www.sivananda.org/tirol

Curso intensivo de 10 días con diploma

Traducción simultánea al español (actividades con Nischala Joy Devi)

Programa

Formación diplomada para profesores de yoga y profesionales de la salud, adaptando el yoga para los problemas cardiacos, cáncer y otras enfermedades graves. Es también recomendable para personas con historial médico familiar y otros factores de riesgo. El curso es teórico-práctico, diseñado para beneficiar tanto a profesores como a estudiantes. Esto permitirá una rica y plena experiencia para todos.

Temario

- Posturas especiales y ejercicios de respiración
- Visualizaciones para la salud y la sanación
- La fisiología y los aspectos psico-sociales de las enfermedades cardiacas
- Técnicas de relajación y meditación
- El porque y el cómo de una dieta vegetariana baja en grasas
- La comunicación con la comunidad médica



Centro de Yoga Sivananda Vedanta. Fundador: Swami Vishnudevananda. Desde 1957
C/ Eraso 4 • Tel: 91 361 51 50 • www.sivananda.org/madrid

Yoga y terapia del corazón

con Nischala Joy Devi, EE.UU

Programa diario*

5.30h	Despertar
6.00h	Meditación, canto de mantras, conferencia o paseo silencioso
8.00h	Curso "Yoga y terapia del corazón"
10.00h	Almuerzo vegetariano y tiempo libre
12.00h	Curso "Yoga y terapia del corazón"
15.30h	Descanso
16.00h	Ejercicios de yoga, respiración y relajación
18.00h	Cena vegetariana y tiempo libre
19.30h	Meditación en grupo, práctica individual guiada o información médica general

* El programa diario puede cambiar ocasionalmente.

Participación

Incluye alojamiento y comidas

Dormitorio:	1.210 €
H. compartida (6-8 camas):	1.245 €
Habitación doble:	1.455 €
Habitación individual:	1.560 €

Descuento de 90 € si realizas el pago completo 3 meses antes del comienzo del curso.

Descuento de 45 € para dos inscripciones simultaneas.

Precio especial para desempleados y estudiantes:

Dormitorio: 970 €. Compartida: 995 €

Plazas limitadas. Por favor traer carnet de estudiante o tarjeta del paro.

Diploma

A la finalización del curso los estudiantes recibirán un diploma conjunto de los Centros de Yoga Sivananda Vedanta y de Abundant Well-Being Temple.

Los diplomados dispondrán de los conocimientos para enseñar a pacientes con problemas cardiacos y cancerígenos en hospitales, clínicas, individualmente o en grupo.

Esta formación está certificada y cumple los requerimientos de Yoga Alliance.

