

HATHA VINYASA 22-23
200 HORAS // ONLINE
YOGA ALLIANCE CERTIFICATED



Grow

ONLINE YOGA TEACHER TRAINING

Formación certificada

Esta es tu formación si...



Quieres mejorar tu práctica de yoga y profundizar en la comprensión y el conocimiento de esta disciplina milenaria.



Quieres impulsar tu futuro profesional como profesor/a de yoga en estudios internacionales.



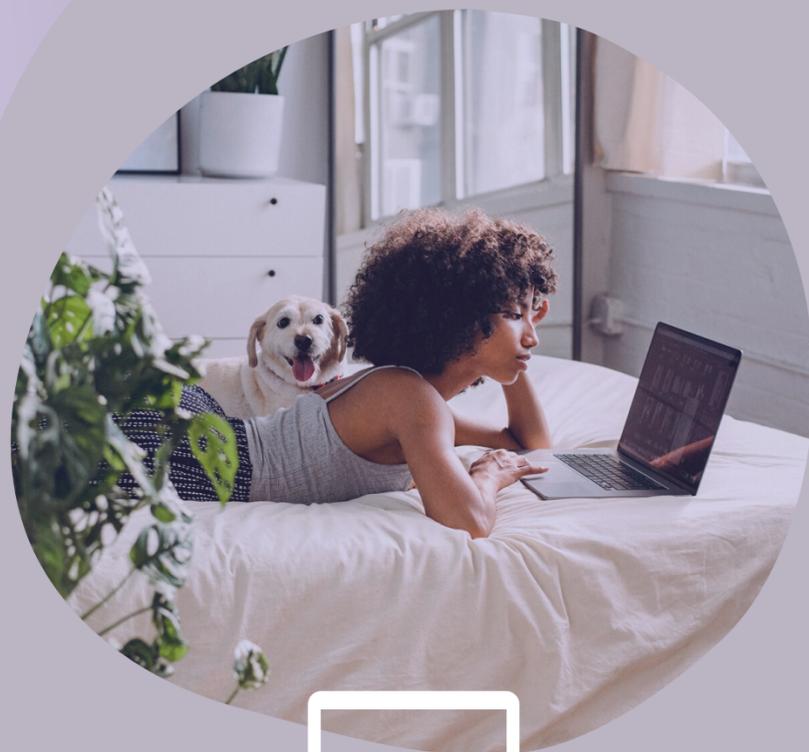
Quieres realizar un proceso de autoconocimiento y conexión interior, equilibrando cuerpo y mente.



Quieres seguir un llamado de tu corazón 



Grow is a way of life



CONTENIDO DE CALIDAD

Plataforma creada por expertos en pedagogía Online en colaboración con nuestros profesores. Avanza semana a semana a través de videos de calidad, audios, pdf's y muchas sorpresas más.



ONLINE Y CERCANA

Acceso los seminarios Online en directo donde conocer y compartir con tus compañeros. Acceso directo a los profesores a través de un grupo activo de chat. ¡Resuelve dudas y crea alianzas!



CERTIFICADA POR YOGA ALLIANCE

Nuestra formación está certificada por Yoga Alliance, para que puedas dar clases en estudios internacionales.

FÓRMATE EN CASA

Comprender el Yoga es comprenderte a ti mismo. Conviértete en profesora de yoga y profundiza en tu práctica de manera experimental y profesional con un equipo de profesores internacionales apasionados, que viven el yoga en primera persona.



Una formación diseñado para expandir tu potencial como profesional del yoga y como practicante, pero también como un camino apasionante hacia tu interior. Conociendo tu cuerpo, tu mente y tu corazón, y encontrando el equilibrio que siempre deseaste.



Eminentemente práctica que te permitirá integrar esta sabiduría milenaria con herramientas novedosas como el coaching que convierten su estilo pedagógico en **EXCLUSIVO** y te dota herramientas extra para tu trabajo personal y el de tus alumnos.



PROGRAMA DE CONTENIDOS



1. Historia del Yoga y corrientes.

2. Filosofía Védica y Yoga.

3. Pranayama y tec. de respiración

4. Meditación y mindfulness.

5. Anatomía aplicada al yoga.

6. Práctica energética y Chakras .

7. Asanas y secuenciación.

8. Metodología de enseñanza

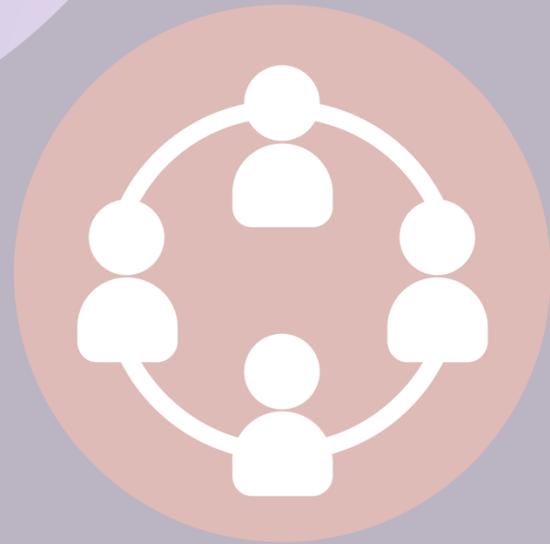
9. Coaching y gestión emocional.

10. Marca personal.

11. Herramientas deportivas aplicadas.

12. Hábitos y estilo de vida yóguica.

**Más de 100 personas
formadas al año en Grow!**



Comunidad



Healthy Life



**Human
Empowerment**



Growth



¡ÚNICA FORMACIÓN CON UN MÓDULO EXCLUSIVO:

**COACHING, GESTIÓN
EMOCIONAL Y MARCA
PERSONAL**



Nuestra misión es conseguir que cada vez más personas sean más felices y contribuir al desarrollo de nuestra sociedad. El yoga tiene poder transformador y ayuda a que las personas elijan y consigan lo que quieres SER y CONSEGUIR. Si has llegado hasta aquí, el mundo te está esperando para poder seguir contribuyendo y aportando valor a tus alumnos o a las personas que te rodean.

Programa

Online diferido/ Sesiones en directo.



Acceso a Plataforma de AUTO-ESTUDIO

En nuestra plataforma de Auto-estudio encontrarás todos los materiales necesarios para ir avanzando a tu ritmo. Podrás realizar Evaluaciones en cada módulo y resolver tus dudas tanto por chat cómo en los seminarios en directo.



Seminarios Online en Directo

Es obligatorio asistir a los seminarios en directo con los distintos profesores en un 75%. Si tienes algún caso especial por el que no puedas asistir al 75% ¡Contacta con nosotros! Encontraremos una solución. No te pierdas el calendario de seminarios Online en directo en la siguiente página.

Cronograma

2022-2023

octubre

L	M	X	J	V	S	D
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

noviembre

L	M	X	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

diciembre

L	M	X	J	V	S	D
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8



Seminarios Online
en directo

Jueves: 17 a 21



Sigue el curso
desde cualquier
parte del
mundo



Acceso al contenido
online de la
plataforma 1 año.

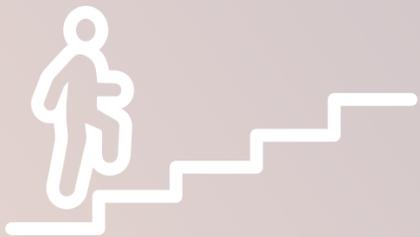
enero

L	M	X	J	V	S	D
27	28	29	30	31	1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31	1	2	3	4	5	6

Preguntas frecuentes

¿Qué nivel de yoga necesito para hacer el curso?

Es importante realizar una práctica constante en el momento del comienzo o estar decidida a profundizar en ella. Si sientes que necesitas entender tu práctica y llevarla a otro nivel, nuestro programa está diseñado para que puedas avanzar de forma significativa en tu práctica y en tu guía.



¿Qué pasa si te pierdes algún seminario?

Puedes faltar al 25% de seminarios en directo, pero si por algún motivo tienes que perdértelo, te lo enviamos grabado y realizamos una tarea extra para asegurarnos de integrar bien los conocimientos del seminario perdido..



¿Cómo es la evaluación?

La evaluación es continua y se compone de las evaluaciones y ejercicios de cada módulo de auto-estudio, la entrega de registro de auto-prácticas semanales y la conclusión de 50h prácticas de guía de clase registradas en la tesina final.



Preguntas frecuentes

¿Cómo he de realizar mis auto-prácticas semanales?

A través de las clases grabadas en nuestra plataforma y el acceso gratuito a las clases Online en directo de nuestra escuela de yoga en Barcelona..



¿Cómo he de realizar las prácticas de profesora finales?

Las 50 horas de práctica finales se recogen en una tesina final que acrediten tales prácticas que puedes realizar: En un centro amigo (recibe nuestra carta de recomendación), haciendo clases a amigos, familia y pequeños grupos o asistiendo en clases de profesores profesionales. Cualquiera de los modos no debe superar el 50% de las horas para experimentar en variedad el trabajo de profesor.



¿Puedo pagar a plazos?

En Grow Estudio somos especialistas en hacer las cosas fáciles, y no lo contrario. Puedes consultarnos los métodos de pago fraccionado accesibles y los descuentos por pago completo, tanto en periodo de descuento o en periodo de precio normal.





Groww
TEAM

INSTRUCTOR PRINCIPAL:

Instructor de Yoga YACEP y 200E-RYT formado en México. en 2012. Speaker y Yoga Coach experto en Filosofía, historia, Mitología del yoga y Tantra. Formador y practicante desde hace casi 10 años.



Arturo Tierra

TEAM

ÁSANA, ALINEACIÓN, AJUSTES Y LESIONES:

Fisioterapeuta y profesora de yoga 500RYT. Entrenadora y especialista de la construcción anatómica de las ásanas y su alineación.

Andrea Sais

TEAM

Elisa del Buen Aire

LIFE COACHING, GESTIÓN EMOCIONAL Y EMPOWERMENT:

Pedagoga, Life and team coach, profesora de yoga y Master de PNL y Tapping. Experta en la gestión emocional en el camino yóguico. Directora de Grow Estudio y managment de programas pedagógicos.

TEAM

Elige tu opción

Yoga Gold

Formación + proceso de mentorización personal de proceso de prácticas + Acceso sesión especial ajustes y curso Online de secuenciación:

~~1700€~~

PRONTO PAGO
1599€ ahora hasta
el 30 de SEPT

Master yoga

Formación + proceso de mentorización personal de proceso de prácticas (2 sesiones de mentorización + dos clases particulares.

~~1300€~~

PRONTO PAGO
1200€ ahora hasta
el 30 de SEPT

Yoga train

Formación + Acceso sesión especial ajustes y a practicas Online Grow:

~~999€~~

PRONTO PAGO
899€ ahora hasta
el 30 de SEPT



Groww

YOGA.COACHING.CRECIMIENTO 360º

www.growestudio.com 

[growbarcelona](https://www.instagram.com/growbarcelona) 

651403239 

info@growestudio.com 