



UNIVERSIDAD ANTROPOLÓGICA
DE GUADALAJARA

La Universidad Humanista

www.unag.mx

Diplomado en YOGA INTEGRAL

OBJETIVO DEL PROGRAMA

Desarrollar el trabajo corporal, que permite al individuo vincular la conciencia, del cuerpo físico, emocional y mental, para encontrar armonía, equilibrio y salud. Generando una experiencia de bienestar, congruencia y espiritualidad. Mostrándose la disciplina del yoga como un instrumento de unidad en una tradición y ciencia filosófica para el desarrollo del ser.

Formación de Instructores en la ciencia - disciplina del yoga.

DIRIGIDO A

Todas las personas interesadas en mejorar su calidad de vida, especialmente a los profesionales de la salud, que acompañan y facilitan el proceso de sanación de los pacientes y que le sirva como herramienta de apoyo en su terapéutica. Donde se privilegia el trabajo corporal como punto de partida para armonizar con su estado emocional y mental, aspirando a lo espiritual.

Red Cultural **GFU**[®]
Para la fraternidad humana

Fecha de inicio:

- 7 de Junio 2021.

Aprende los beneficios de las diferentes corrientes de esta milenaria disciplina física, mental y espiritual.

Educación
Continua

UNAG
UNIVERSIDAD ANTROPOLÓGICA
DE GUADALAJARA

www.unag.mx

informes@unag.mx

☎ 33.3826.1363

📱 33.3814.9808

SÍGUENOS:





UNIVERSIDAD ANTROPOLÓGICA
DE GUADALAJARA

La Universidad Humanista

www.unag.mx

Diplomado en YOGA INTEGRAL

DURACIÓN 9 MESES

Asistencia Flexible

- Lunes
18:00 a 21:00 hrs.
**Plantel Minerva
(Presencial)**
- Lunes
18:00 a 21:00 hrs.
(En Línea)

Modulos.

- 1 Introducción general de yoga y terapias psicocorporales.
- 2 Perspectiva sintética de la historia y filosofía del yoga, Bioenergética.
- 3 Acondicionamiento Psico - Corporal y pranayana básico. Principios psicocorporales.
- 4 Las asanas. 84 posturas.
- 5 Columna vertebral.
- 6 Vinculación de la nutrición y las emociones. Ejercicios bioenergéticos y sus beneficios.
- 7 Las asanas. Bases para secuenciar series.
- 8 Pratyahara. Caracterología de la bioenergética.
- 9 Tantra, Samyana y la meditación.

TODO EL MATERIAL QUEDA DISPONIBLE PARA REVISIONES POSTERIORES

VENTAJAS DEL PROGRAMA

- 108 horas de trabajo, en 36 sesiones de 3 horas cada una.
- Aplicación inmediata a desarrollar una disciplina para la vida.
- Todas las sesiones con una parte teórica y otra parte de practica.
- Bibliografía actualizada, por dos corrientes, las ciencias tradicionales del yoga y las ciencias de la salud.
- Expositores especializados en cada uno de los temas con más de 25 años de práctica en Yoga.

Comunidad UNAG

(Alumnos, docentes y colaboradores)

Mensualidad \$ 1,300 pesos

(Público en general)

Mensualidad \$ 1,800 pesos

www.unag.mx

informes@unag.mx

☎ 33.3826.1363

📞 33.3814.9808

SÍGUENOS:

