

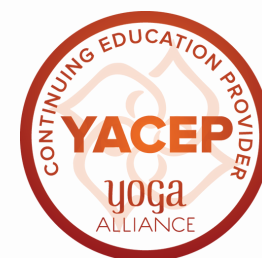


# PRANAYAMA

## *Máster de formación*

TEORÍA - PRÁCTICA - PEDAGOGÍA

2-3 MARZO 2024 LAS PALMAS





## CHANTAL WEIDNER

Dirijo la formación de profesores de Yogaia, mi mayor vocación, desde el 2013. Sigo siendo una alumna y practicante de esta disciplina, y mi curiosidad me ha llevado a profundizar en diferentes estilos.

A día de hoy mi interés por la mente y las emociones humanas, me han impulsado a formarme como terapeuta Gestalt, y soy estudiante del grado de psicología.

Me inspiran profundamente la visión espiritual de Gregor Maehle o el trabajo de Danilo Hernández en el linaje de Satyananda.

## PRANAYAMA

Una de las prácticas fundamentales del Hatha Yoga es el trabajo con la energía vital a través de los Pranayamas y Bandhas.

En este curso explicaré:

- Las bases teóricas de la energía vital o Prana según el Hatha Yoga tradicional.
- La forma de construir una práctica personal de forma organizada y a largo plazo.
- Repasaremos las bases de la respiración y Yoga
- Veremos formas de trabajar con la respiración y el Pranayama con alumnos.

No trato de darte una gran variedad de ejercicios, sino profundizar en los conceptos para tu entendimiento y pulir la propia práctica.





## DATOS GENERALES

### DÓNDE

En la escuela YOGAIA, Carretera del Cardón 100, Las Palmas

### PARA QUIÉN

Se trata de una formación dirigida a personas que desean profundizar en sus conocimientos de Yoga. Está abierta a practicantes con experiencia, alumnos de la formación o Profesores de Yoga.

### FECHAS Y HORARIOS

Sábado 2 de marzo 09:00-19:00h  
Domingo 3 de marzo 09:00-15:00h

### PRECIOS

Seminario completo 200€ (175€ para alumnos que realizan 3 o más seminarios de Master con nosotros)

### CERTIFICACIÓN

Obtendrás un **certificado de Asistencia** emitido por la Escuela Yogaia y la Asociación Española de Hatha Yoga. Se trata de una certificación de profundización de conocimientos. Somos escuela autorizada de la Yoga Alliance, registrada en el programa de formación continua.

### INSCRIPCIÓN Y PAGO

En la web [Yogaia.es/inscripción](http://Yogaia.es/inscripción), rellenando el formulario y pagando el importe correspondiente.

### CONTACTO

 609 303 603  
[escuelayogaia@gmail.com](mailto:escuelayogaia@gmail.com)