

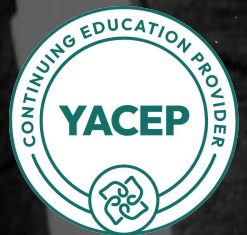
PROGRAMA DE ESTUDIOS

CURSO DE PROFESOR DE YOGA Y MINDFULNESS PARA NIÑOS

-Apto para Principiantes -



yoga
alliance



KAVAALYA



“A los niños antes de enseñarles a leer, hay que ayudarles a aprender qué es el amor y la verdad”

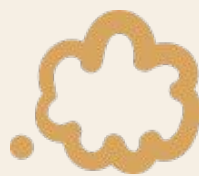
- Mahatma Gandhi

CURSO DE PROFESOR DE YOGA PARA NIÑOS

Este es un Programa de Especialización de 95 horas certificado por Yoga Alliance, que te prepara para convertirte en instructor de yoga y mindfulness para niños y adolescentes. Es apto para principiantes, ya que aporta todos los fundamentos yóguicos en asanas, meditación, técnicas de respiración, mindfulness, anatomía, ayurveda...además de las técnicas pedagógicas más modernas para adquirir la confianza necesaria para enseñar a los niños de todos los grupos de edad y organizar tus propias clases.



6 semanas de
duración



Apto para
principiantes



Acceso
ilimitado



Prácticas*
(voluntarias)

**Todas las clases en directo se graban para que las veas después si no puedes asistir.*



EL SISTEMA KAVAALYA

Yoga es la experiencia de ser uno con todo. Para experimentar el estado de Yoga, la unión del cuerpo y la mente es un requisito.

En este contexto, nace el sistema Kavaalya, un concepto propio y exclusivo de nuestra escuela que facilita la comprensión esencial y la práctica del yoga milenario.

El foco formativo del sistema Kavaalya es garantizar que los alumnos entrenados y certificados como profesores puedan ejercer su nuevo oficio con máxima credibilidad e impacto en su comunidad.

Un profesor formado en el sistema Kavaalya transmite coherencia y proyecta la enseñanza como un concepto vertebrador del aprendizaje y ejercicio del Yoga.

Esta forma de trabajar nos sitúa año a año como la escuela de referencia para miles de alumnos en todo el mundo.

Algunas cifras:

Clases en directo 4.455 h	Clases grabadas 1.867 h	Asanas 2.544 h
Meditación 655 h	Anatomía 430 h	Pranayama 387 h

- 520 clases cada mes del año -

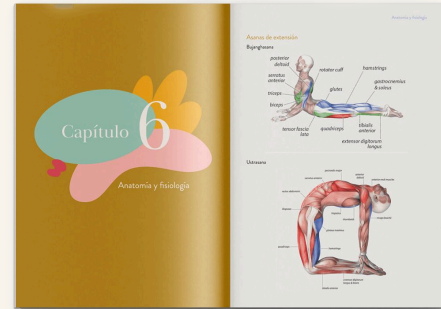


EL PROGRAMA INCLUYE:

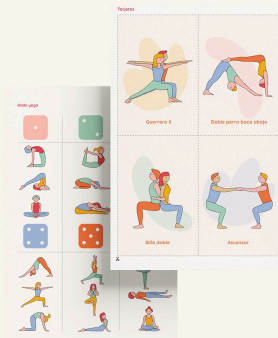
MANUAL DEL CURSO



MANUAL DEL ANATOMÍA



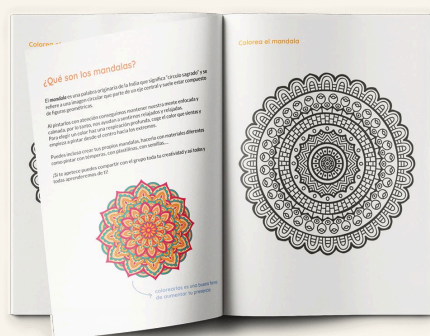
CUADERNO DE JUEGOS



CARTAS CON LAS PRINCIPALES ASANAS DE HATHA YOGA



MANDALAS

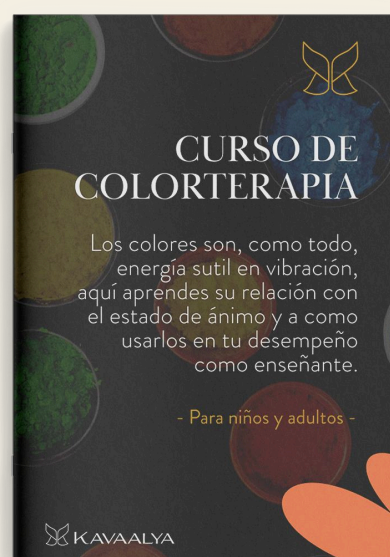
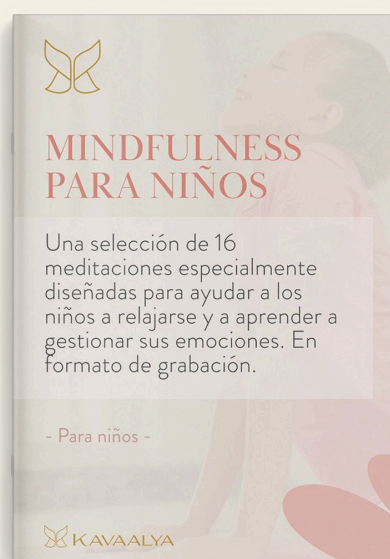
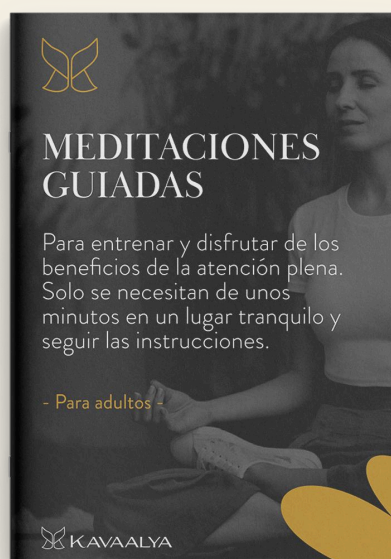
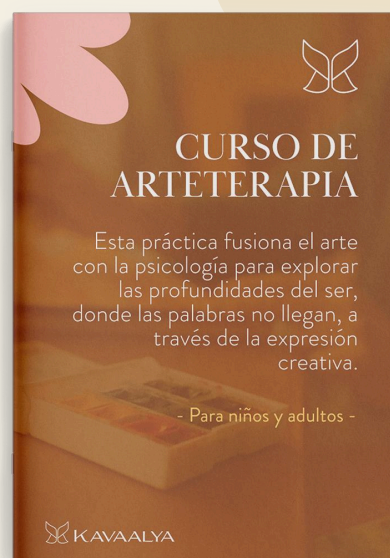


PÓSTER SALUDO AL SOL



BONUS EXTRA

(Incluidos si te inscribes ahora)





ESTE CURSO ES PARA....

- ✿ Todos los que trabajan o quieran trabajar con niños y adolescentes.
- ✿ Profesores de yoga, meditación y mindfulness que quieran especializarse.
- ✿ Madres y padres que quieran aprender yoga y mindfulness y enseñarlo a sus hijos.
- ✿ Monitores de tiempo libre en ludotecas, animadores, cuidadores...
- ✿ Educadores de infantil y asistentes en jardines de infancia.
- ✿ Profesionales del deporte para niños.



TUS PROFESORES

Especialistas en cada materia



Romina Hermida Livia

Coordinadora del Curso Profesora de Hatha Yoga, especialista en yoga para niños y adolescentes y personas con diversidad funcional.

Desde siempre sintió una clara vocación de trabajar al servicio de otras personas. Estudió Pedagogía y mientras se desarrollaba profesionalmente en el mundo editorial dedicado a los niños, empezó a practicar yoga. En su práctica personal se dio cuenta del cambio profundo que experimentaba al terminar una clase, así que decidió formarse porque tenía claro que quería compartir eso que sentía con el mundo. Y es en la práctica del yoga y de Mindfulness donde ha encontrado la forma de transmitir su pasión, acercando a otras personas la oportunidad que nos brinda la vida de vivir el momento presente de forma plena.

Cuenta con formaciones de Hatha Yoga, Yoga nidra y Yin Yoga con Kavaalya, es profesora de Yoga para niños y adolescentes, Yoga para personas con diversidad funcional y Yoga terapéutico, complementando todo este conocimiento con formaciones sobre Inteligencia emocional, Disciplina Positiva y Mindfulness.



Abhinav Sirohi

Profesor de Filosofía del Yoga

Abhinav Sirohi es un profesor de filosofía del yoga que ve el yoga no solo como una práctica, sino como un estilo de vida enraizado en la antigua sabiduría védica. Para él, el mundo moderno —con su estrés, sus distracciones y su búsqueda constante— ha alejado a las personas de su verdadera naturaleza, provocando sufrimiento en la salud, en las relaciones y en la paz interior. Inspirado por las enseñanzas de su maestro, Gurudev Sri Sri Ravi Shankar ji, Abhinav ha decidido dedicar su vida a hacer que la filosofía yóguica tradicional sea accesible y práctica para el mundo actual.

Es profesor de yoga certificado por el Ministerio AYUSH del Gobierno de la India y cuenta con títulos de posgrado en Psicología y Ciencias Yóguicas por la Universidad SVYASA de Bangalore. Abhinav guía a las personas a reencender su bienestar físico, emocional, espiritual y, sobre todo, mental —una armonía integrada que la antigua filosofía védica ofrece en abundancia. Su enfoque de la enseñanza está arraigado pero es transformador, y conduce a quienes buscan desde el ruido de la mente hacia la claridad del Ser.



TUS PROFESORES

Especialistas en cada materia



Luna Solana

Profesora de Hatha Yoga

Luna lleva más de once años practicando yoga y casi tres como profesora desde que se formó en Kavaalya. Empezó en Estados Unidos cuando tenía 18 años y desde entonces ha ido pasando por distintos estilos como Vinyasa flow, Ashtanga, Bikram y Kundalini, entre otros, hasta especializarse en Hatha Yoga.

Ha completado las formaciones de 200h y 300h con Kavaalya, y actualmente sigue formándose en Yoga Nidra, Yin yoga y Surya Namaskara. Además, trabaja para la escuela como creadora de contenido e imparte clases de apoyo en los cursos.

El estilo de Luna se define por su naturalidad, suavidad y fluidez en la expresión y el movimiento, mezcla única de todas las influencias que ha recibido en su trayectoria.



Alberto Allas

Profesor de Anatomía del Yoga

Desde temprana edad sintió el fuerte deseo de cuidar a las personas en el campo terapéutico. En 2007 finalizó la carrera de fisioterapia con la conciencia de que el camino del conocimiento del ser humano acababa de comenzar. Desde entonces nunca ha dejado de estudiar, profundizando sus conocimientos en diversos cursos relacionados con su profesión, pero con un impulso cada vez mayor hacia una visión holística de la terapia.

El estudio del shiatsu primero y la osteopatía luego amplió aún más su conocimiento del cuerpo humano en el campo de la energía. También es profesor certificado de yoga.



TUS PROFESORES

Especialistas en cada materia



Lurdes Fernández

Profesora de Ayurveda

Lurdes es terapeuta ayurvédica y profesora de Yoga, y define su vida como un viaje en el que el estudio y la práctica del Yoga y el Ayurveda son el vehículo para habitar, fluir en armonía con el entorno y alcanzar la totalidad, el viaje pleno.

Formada en ambas disciplinas con diferentes maestros, el paso definitivo en la comprensión de las múltiples capas de maravillosa complejidad del Ayurveda y en su aplicación Clínica, se la debe al Dr. Arun Sharma, Ayuskama Ayurvedic Clinic de Dharamsala (India).

“Dime y lo olvido, enséñame y lo recuerdo, involúcrame y lo aprendo”

- Benjamin Franklin



Ma^a del Carmen Escudero Calvo

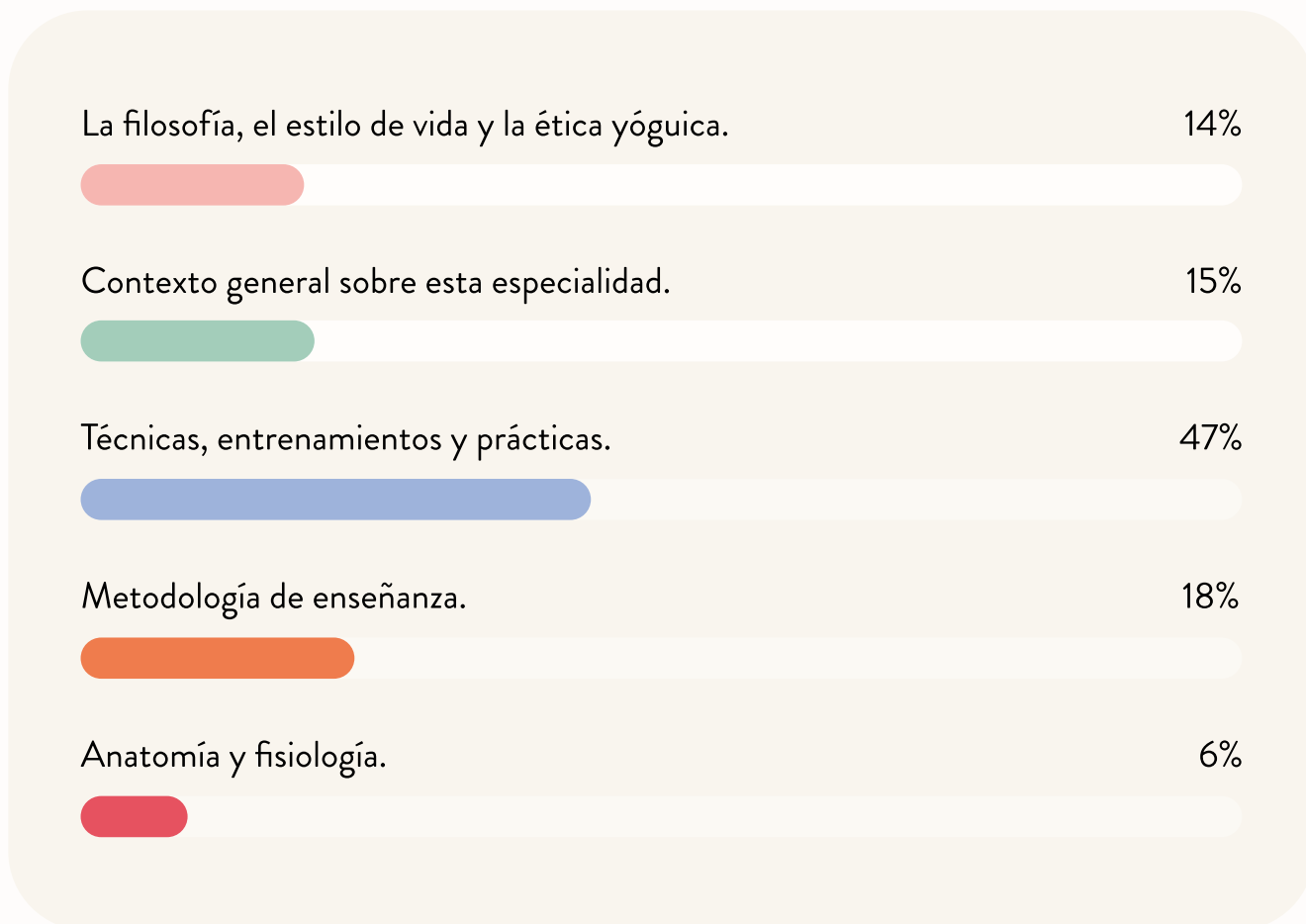
Maestra y profesora de yoga infantil

Carmiña es maestra de inglés de profesión que, tras una crisis personal, comenzó un proceso de búsqueda interior que le llevó a formarse en Educación Mindfulness y otras terapias. Adentrarse en las profundidades de su Ser despertó en ella la necesidad de ayudar a los demás en su camino, especialmente a los niños. Todo eso le llevó a formarse como profesora de yoga para niños y relajación en el aula, educación emocional para docentes, pranayama, kriya y meditación... sin dejar de formarse hasta la actualidad.

Hoy en día compagina sus clases de inglés en un colegio de Galicia, con la coordinación y tutorías de Educación Emocional, contando con un aula de espiritualidad en donde realiza las sesiones con niños y profes. Imparte charlas y retiros de Mindfulness, meditación y yoga para maestros y familias, además de colaborar en un centro de yoga dando clases de yoga para niños, preadolescentes y adolescentes, yoga en familia, talleres de iniciación a la meditación y guiando semanalmente un grupo de meditación.



ESTRUCTURA DEL PROGRAMA



Este es un curso, desarrollado en 6 semanas que se lleva a cabo de forma Online, con 28 horas de clases en directo (que se graban) y clases pregrabadas en donde estarás en contacto con especialistas que te llevarán profundizar en la práctica de yoga y cómo adaptarla a niños y adolescentes.

Al terminar el curso, habrás aprendido sobre Yoga, pero también sobre el Desarrollo Infantil, Anatomía, Ayurveda, Cuentos, Juegos, Aromaterapia, Colorterapia, Arteterapia..... El carácter eminentemente práctico del curso te dotará de las estrategias necesarias para que puedas ejercer como profesor de yoga infantil con seguridad y confianza.

Una vez que hayas asimilado e interiorizado tus conocimientos, los probarás en las sesiones de práctica de la enseñanza (voluntarias), en las que desplegarás todo tu potencial como profesor de yoga y mindfulness para niños.



PLAN DE ESTUDIOS

- 1 Filosofía, el estilo de vida y la ética yóguica.** De la mano de un maestro de India aprendes la historia y fundamentos filosóficos de este fabuloso proceso, y a como transmitirlo a los niños de forma profesional y efectiva para aportar valor a su crecimiento.
- 2 Contexto general sobre esta especialidad.** Profundizas en el beneficio de esta práctica, en las principales teorías psicológicas del desarrollo del niño y en la influencia del juego en su desarrollo. Aprendes a adaptar la práctica las diferentes edades a personas con necesidades educativas especiales.
- 3 Técnicas, entrenamientos y prácticas.** Conoces diferentes asanas, cómo ejecutarlas y secuenciarlas para programar tus clases, técnicas de respiración, relajación, meditación, mindfulness, mantras, mandalas, gestión emocional, aromaterapia, aprendes juegos y cómo crear historias para que puedas adaptar tus clases a niños y adolescentes.
- 4 Metodología de enseñanza.** Preparación y planificación de clases de diferente duración, uso de la tecnología, comunicación eficiente, equipamientos, dónde enseñar, cómo promocionar tus servicios...
- 5 Anatomía y fisiología.** Se estudia el sistema nervioso, esquelético, muscular, digestivo y endocrino, enfocados en el desarrollo psicomotor y las adaptaciones específicas que los niños necesitan durante su crecimiento.

Nota: Porque sabemos el reto que supone enseñar a niños con **necesidades educativas especiales**, adicionalmente al contenido que ya incluye el curso regular sobre esta materia, hemos añadido un recurso extra de mucho valor para profundizar en la integración de niños con dificultad sensorial.



LA IMPORTANCIA DEL MINDFULNESS

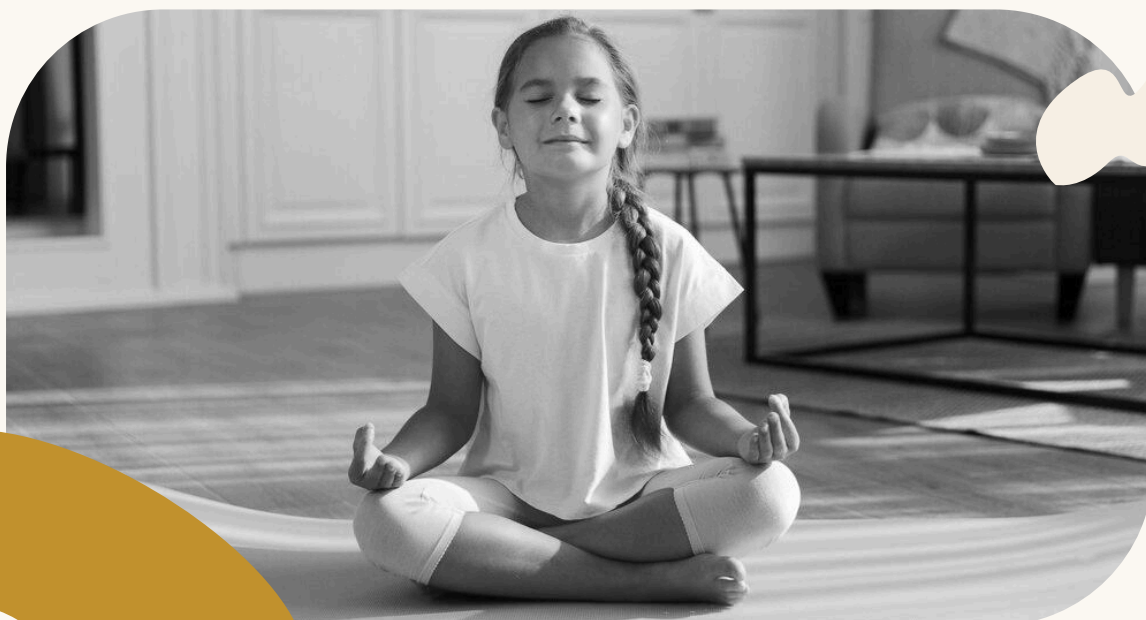
El simple hecho de prestar total atención al momento presente, que es el fundamento de la meditación mindfulness, eleva el estado de consciencia y libera a la mente de la necesidad de juzgar, comparar con el pasado y temer al futuro.

Esto se traduce en calma, control emocional, enfoque, efectividad, y, sobre todo, en la adecuada gestión de las relaciones interpersonales, que es el factor que más influye en la felicidad y éxito en el ámbito personal, académico y profesional.

Como el yoga es una práctica diseñada para acceder a la mente a través del cuerpo, facilita y potencia los objetivos de las técnicas de meditación.

“Si le enseñáramos meditación a cada niño de ocho años, eliminaríamos la violencia en una sola generación”

- Dalai Lama



PRÁCTICAS DE LA ENSEÑANZA (VOLUNTARIAS)

Una parte esencial del sistema kavaalya es el entrenamiento. Al final del programa se establecen sesiones en las que los estudiantes guían al resto de los alumnos de clase, bajo la supervisión de los profesores.

El objetivo de estas prácticas es ayudarte a desplegar toda tu creatividad y a que domines las habilidades necesarias para impartir una clase para niños o adolescentes de forma eficaz.

Los aspectos que se trabajan son:

- ★ Integración de las bases de la enseñanza.
- ★ Utilizar de forma creativa diferentes herramientas para que la clase de yoga sea divertida para los niños.
- ★ Uso adecuado del lenguaje adaptado al grupo al que vayas a dar la clase.
- ★ Desarrollar la capacidad de observación y de mantenerte presente durante la sesión.
- ★ Encontrar tu estilo como profesor de yoga y mindfulness para niños.





HORARIOS

Viernes: a las 17:00 h

Sábados: a las 09:00 h

Dos lunes a las 17:00 h

(Los horarios pueden variar)

(Todas las clases se graban)

(hora de Madrid)

2 horas de clase al día de media



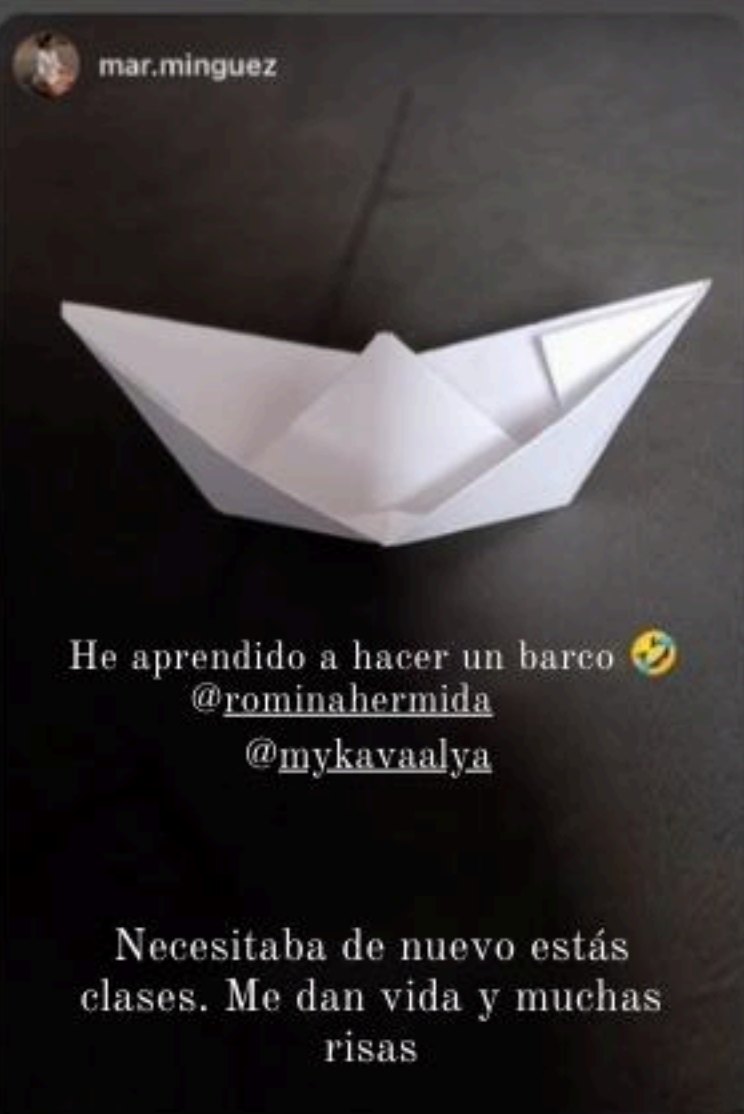


monicasschneider

Que delicia de curso!
Congelado! Como un perro!
#yogaparaniños
#especialización

@MYKAVAALYA

@ROMINAHERMIDA



mar.minguez

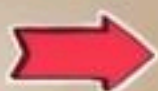
He aprendido a hacer un barco 🚢
@rominahermida
@mykavaalya

Necesitaba de nuevo estás
clases. Me dan vida y muchas
risas



monicasschneider

Día de abrir el corazón! Dar y
recibir amor y compasión!



pathshama

Llegamos al fin 🌈
Enormemente agradecida a cada alma
de este pequeño gran equipo.

LORAH SAMASTAH SURJINO BHAVANTU

@ ROMINAHERMIDA

@ MYKAVAALYA

@ CREAYOGA

@ DESCUBRETUYOGA

@ MONICASSCHNEIDER

@ ELCAMINO DELSER

@ PROFECONCIENCIA

@ VALENTINA

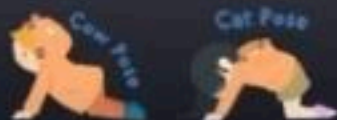
FONORECREARTE

nalotxi



#YOGANIÑOS

Esta pedazo de mujer
@rominahermida hoy nos
ha hecho volver a los 3-5
años de edad!!
Como me lo he
pasadoo!!



@MYKAVAALYA

dorothycolladoo

Siempre he opinado que prefiero formarme
presencialmente, pero por horarios ya me
hubiera perdido varias clases. Así que esta
vez, hacerlo online y poder acceder a las
clases cuando quiera, me está dando la vida!



mar.minguez

IMPRESIONANTE

Clase con Carmini sobre cuentos de
yoga para niños.
Ha empezado con una práctica y llevo
todo el rato con los pelos de punta de
la emoción.
Mola volver a ser niña por unos
ratitos.



@mykavaalya

sivarozin

ESTOY DISFRUTANDO DE ESTE CURSO
COMO UNA ENANA



@MYKAVAALYA

romina con tus clases

Kavaalya es una escuela certificada por Yoga Alliance, por lo que este curso habilita a los profesores de yoga a registrar las horas de formación - YACEP (Yoga Alliance Continuing Education Provider)*

**Más información en la web*



INSCRÍBETE AQUÍ

