



CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

PROFESORADO INTENSIVO DE

HATHA YOGA Y BIOMECÁNICA



MARZO A DICIEMBRE 2026 / 200 HS



11 6270 1647



www.yogaflordevida.com.ar



PROFESORADO INTENSIVO

**DURACIÓN: MARZO A
DICIEMBRE 2026**

CERTIFICACIÓN: 200 HS

**REQUISITOS: NO SE REQUIEREN
CONOCIMIENTOS PREVIOS**



**Certificado por Yoga Alliance
y la World Yoga Federation**



**CURSÁ DESDE
CUALQUIER LUGAR
DEL MUNDO**

100% ONLINE





A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO

TODOS LOS NIVELES

El profesorado es una certificación oficial de la **Yoga Alliance International y del World Yoga Federation.**

Esta dirigido a cualquier persona **con o sin experiencia** que esté interesada en aprender las bases de la filosofía del yoga y sacar provecho de todos sus beneficios.

Este Profesorado representa una formación integral, sólida y profundamente humana, que une la sabiduría ancestral del yoga con la comprensión científica del movimiento, la respiración y la energía vital.



QUIENES SOMOS

DIRECTORA DE LA ESCUELA

Esta formación fue diseñada por María Florencia Ciuccarelli, Grand Master en Yoga, Licenciada en Ciencias Químicas y con la tesis en curso de la Licenciatura en Kinesiología y Fisiatría, con orientación en el área neurológica.

Su recorrido combina más de veinte años de práctica personal, más de una década de experiencia docente, y una sólida formación interdisciplinaria que integra la biomecánica, la fisiología, la neurociencia y la espiritualidad.



MODALIDAD DE CURSADA



TEORÍA

PRESENCIAL
U ONLINE

1 SABADO
AL MES DE
10 A 18 HS

PRÁCTICA

3 CLASES
SEMANALES:
HATHA
BIOMECÁNICA
TEACHER TRAINING



PROGRAMA

El programa surge de una visión amplia y contemporánea: **comprender el cuerpo como una expresión del alma, el movimiento como lenguaje de la conciencia y el yoga como puente entre la experiencia humana y la ciencia del bienestar.**

A través de esta propuesta, los alumnos reciben una formación completa y actualizada, que abarca:

- La anatomía y biomecánica aplicadas a la práctica del yoga.
- La filosofía y psicología profunda que sustentan sus enseñanzas.
- La dimensión energética y simbólica de cada postura.
- Y el entrenamiento pedagógico y humano necesario para transmitir con sensibilidad y precisión.



CÓMO TE VAS A FORMAR

Este profesorado forma docentes con una mirada sensible y lúcida, capaces de:

- Enseñar desde la comprensión del cuerpo, no desde la repetición de la forma.
- Adaptar la práctica según las necesidades físicas, emocionales o estructurales de cada persona.
- Y transmitir el yoga como una disciplina viva, en la que ciencia y conciencia se integran en un mismo camino.





TEACHER TRAINING

**te preparamos para dar una clase
DESDE LA PRIMERA SEMANA**

- PRÁCTICA DEL ROL DOCENTE.
- GUÍA DE POSTURAS EN ESPEJO.
- CORRECCIÓN VERBAL, FÍSICA Y CON ELEMENTOS (BLOQUES, CINTOS, PARED, BOLSTER, MANTAS).
- LENGUAJE CORPORAL Y PRESENCIA ESCÉNICA.
- TÉCNICAS DE OBSERVACIÓN, LÍDERAZGO Y ACOMPAÑAMIENTO GRUPAL.
- CONSTRUCCIÓN DE SECUENCIAS COHERENTES SEGÚN EL OBJETIVO DE CLASE.



PRÁCTICAS REALES CON ALUMNOS

- ESPACIOS DONDE LOS FUTUROS PROFESORES REALIZAN AJUSTES Y CORRECCIONES CON ALUMNOS REALES.
- ENTRENAMIENTO DE EMPATÍA, ESCUCHA ACTIVA Y OBSERVACIÓN FUNCIONAL.
- APLICACIÓN DE CRITERIOS ANATÓMICOS Y TERAPÉUTICOS EN CONTEXTOS REALES.
- ADAPTACIONES SEGÚN EDAD, CONDICIÓN FÍSICA O PATOLOGÍA (TRAUMATOLÓGICA O NEUROLÓGICA).



CLASES SEMANALES DE PRÁCTICA

- SESIONES INTEGRALES GUIADAS POR LOS DOCENTES DE LA ESCUELA.
- PRÁCTICA PERSONAL, MEDITACIÓN, PRANAYAMA Y ASANAS.
- ESPACIO DE AUTOCONOCIMIENTO Y EXPLORACIÓN INTERNA.



CONTENIDO

- FILOSOFIA
- PRANAYAMAS
- LAYA YOGA
- ANATOMIA
- BIOMÉCANICA
- AJUSTES DE ASANAS



AJUSTE Y ALINEACIÓN DE ASANAS

- APRENDÉ LA CORRECTA ALINEACIÓN DE LAS ASANAS.
- CÓMO AUTOCORREGIRTE Y CÓMO CORREGIR Y AJUSTAR A TUS ALUMNOS



LAYA YOGA

- ESTUDIO DE LA
- ANATOMÍA ENERGÉTICA,
- CHAKRAS,
- BANDHAS,
- PRANAYAMAS
- MEDITACIÓN.



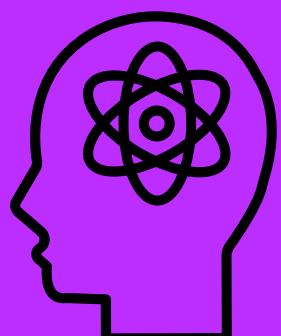
ANATOMÍA APLICADA AL YOGA



- A TRAVÉS DEL ESTUDIO DE LA ANATOMÍA VAS A COMPRENDER CÓMO REALIZAR LAS POSTURAS CORRECTAMENTE, EVITAR LESIONES Y SACAR MAYOR BENEFICIO DE LAS ASANAS.
- EN EL YOGA TRABAJAMOS EL CUERPO FÍSICO Y POR ESO ES TAN NECESARIO ENTENDER EL FUNCIONAMIENTO DE LOS MÚSCULOS, HUESOS, LIGAMENTOS Y SABER DÓNDE SE UBICAN.
- CUANDO SABÉS CÓMO FUNCIONA EL CUERPO, APRENDES A CUIDARLO, A EVITAR LESIONES, Y A POTENCIAR TU PRÁCTICA AL MÁXIMO. SI QUERÉS SER PROFESOR DE YOGA ESTUDIAR ANATOMÍA TE SIRVE PARA CUIDAR Y ACOMPAÑAR A TUS ALUMNOS.

FILOSOFÍA

- QUÉ ES EL YOGA
- YOGA SUTRAS
- BAGHAVAD GITA
- MEDITACIÓN
- DIOSES DEL HINDUISMO



BIOMÉCANICA APLICADA AL YOGA

- LA BIOMECANICA ES LA CIENCIA QUE ESTUDIA EL MOVIMIENTO Y LOS CAMBIOS DE POSICIÓN DEL CUERPO, REALIZANDO UN ANALISIS FUNCIONAL Y ESTRUCTURAL DEL SISTEMA MUSCULO-ESQUELÉTICO Y ARTICULAR.
- ADEMÁS DE OBSERVAR LOS FACTORES BIOLÓGICOS Y MECÁNICOS QUE AFECTAN AL MOVIMIENTO HUMANO.



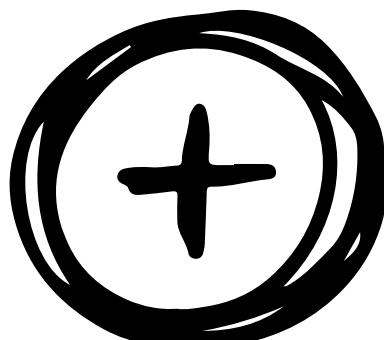


CÓMO TE VAS A FORMAR

QUÉ VAS A OBTENER

PRÁCTICAS DE
HATHA YOGA,
BIOMECÁNICA Y
TEACHER
TRAINING

10
MASTERCLASS
TEÓRICO
PRÁCTICAS



ADEMÁS:

- MATERIAL DESCARGABLE
- GUIA DE ASANAS
- PLATAFORMA
INTERACTIVA



CERTIFICACIÓN INTERNACIONAL

NUESTROS AVALES



WORLD YOGA
FEDERATION



ASOCIACIÓN INTERNACIONAL
DE PROFESIONALES DE
YOGA Y AYURVEDA



YOGA ALLIANCE
INTERNATIONAL

EXÁMEN FINAL INTEGRADOR

El Examen Final (Módulo 11) marca un antes y un después en el camino formativo. Evalúa el dominio teórico, práctico, filosófico y pedagógico del alumno, integrando:

- Análisis biomecánico y anatómico de posturas.
- Guía verbal y demostración docente.
- Conocimiento filosófico y simbólico del yoga.
- Coherencia energética en la secuencia presentada.