

AGOSTO 2010 CURSOS PROFESIONALES Y VACACIONES
DE VERANO DEL CEYSI® en Sanxenxo. Pontevedra
Con Diploma profesional Dirigidos POR SANTIAGO PAZHIN

MONITOR/A DE HATHA-YOGA

Del domingo 15 al sábado 21

El **PRIMER NIVEL**, capacita para el aprendizaje y enseñanza de los **PRINCIPIOS BASICOS DEL HATHA-YOGA**.

***Prácticas diarias** de ejercicios dinámicos; respiración y relajación yóguica; Saludo al Sol y Pre-Saludo; las 15 posturas básicas y sus preposturas; iniciación al pranayama, la meditación, los mantras, el kirtan y los mudras; paseos silentes, concentración y visualización...

***Charlas** sobre las prácticas citadas más: alimentación equilibrada, la mente y leyes del pensamiento, el cerebro y el subconsciente, principios herméticos; charkras y cuerpo vital... y aspectos de la profesión.

***APRENDIENDO A ENSEÑAR**. Prácticas de clases entre los asistentes divididos en pequeños grupos.

PROFESOR/A DE HATHA-YOGA

Del domingo 15 al sábado 21

Este **NIVEL SUPERIOR** completa el anterior.

***Prácticas diarias** de las variantes de las asanas básicas; 26 nuevas asanas para alumnos intermedios y avanzados; nuevos ejercicios de respiración, pranayama y relajación.

Incluye el **YOGA NAMASKAR** o de las Saluciones, consistente en posturas unificadas a modo de danza o meditación en movimiento dando un toque dinámico y oriental a las clases: Variantes del Saludo al Sol; el Saludo a la Luna, a la Estrella, a la Tierra, y sus Pre-Saludos.

YOGA ENERGETICO: Diferentes técnicas de meditación para armonizar los chakras trabajando con colores, respiraciones y bija- mantras.

***Charlas**: Filosofía yóguica y ciencia espiritual: el cuerpo astral y vital; el Ser o atman, las Leyes de la vida (Karma, reencarnación, evolución, atracción...); vida antes y después de la vida; nuevas Tablas de ejercicios y diferentes esquemas de clases, etc.

***APRENDIENDO A ENSEÑAR**. Práctica de los nuevos ejercicios aprendidos entre los asistentes.

OPCION DE FORMACION COMPLETA: La estructuración de nuestra formación posibilita realizar los dos cursos paralelamente aunqu disponiendo de menos tiempo libre.

VACACIONES SALUDABLES

YOGA, RELAJACION Y ANTIESTRÉS

Del domingo 15 al sábado 21

Dirigidas a las personas interesadas en disfrutar de unas **VACACIONES DIFERENTES**, practicando Yoga y relajación, enriqueciéndose física, mental y espiritualmente. Son idóneas para los acompañantes de los asistentes a los cursos profesionales, y para cualquier persona que desee mejorar su calidad de vida, conozca o no el Yoga.

OBSERVACIONES DE INTERES:

*Los cursos FPI (Formación Profesional Intensiva) del CEYSI capacitan legal y profesionalmente para la enseñanza desde el primer nivel al ser **eminente práctico** y dirigidos a aprender lo verdaderamente útil y más terapéutico de cada especialidad, permitiendo el reciclaje y perfeccionamiento "progresivo" por medio de diferentes niveles de especialización. Más de 3000 alumnos formados desde 1988 nos permiten garantizar tu buena formación.

***LAS PLAZAS** quedarán reservadas al recibo del 50% del total mediante GIRO POSTAL al CEYSI, pudiendo solicitar la carpeta del material

*Consultar horario de comienzo y final de los cursos o coste sin alojamiento o habitaciones triples o cuádruples.

COSTE DE LAS ACTIVIDADES:

*Monitor/a de Hatha-Yoga: 800€

*Profesor/a de Hatha-Yoga: 800€

*Monitor/a y Profesor/a de Hatha-Yoga: 1500€

*Vacaciones saludables: 600€

Incluye habitación doble, pensión completa-buffet, actividades, carpeta de material que se envía en el momento de la inscripción y Diploma profesional

NOTA: Acudir a cualquier curso de verano convalida este Encuentro Presencial.

MÁS INFORMACION EN NUESTRA WEB
Sección Calendario de Actividades

¿Dónde se desarrollan las actividades de verano y Semana Santa?:

En **Hotel**** apartado de la ciudad, ubicado en privilegiada situación natural, rodeado de pinos y en plena costa de las Rías Bajas, a 5 minutos andando de playas cercanas, o a 10 en coche de la más grande de Galicia,(La Lanzada). Situado a 2 Km de SANXENXO, la villa turística más importante de Galicia, a 17 km de Pontevedra, a 37 de Vigo y a 76 de Santiago de Compostela. Todas las habitaciones son exteriores. **Puedes ver el lugar en nuestra web.**



Actividades en sala reservada y al aire libre



CEYSI®
C/ Urzáiz nº 77 1ºE, 36204,
Vigo
Tel: 986.43.53.26
627.26.56.06
info@yogaceysi.com
www.yogaceysi.com