

Del 22 al 29 de mayo 2023

ESPECIALIDAD EN AJUSTES DE YOGA



en Mérida, Yuc.



Especialidad para
maestros de yoga

del 22 al 29 de mayo 2023

FORMATO INTENSIVO 20 HORAS

APRENDE A REALIZAR
AJUSTES DE MANERA
SANA Y SEGURA

CON ESTE CURSO LOGRARÁS AYUDAR A TUS ALUMNOS A AVANZAR EN SUS POSTURAS, PERMITIÉNDOLES PROFUNDIZAR DE MANERA SEGURA Y SUTIL, EVITANDO LESIONES. SERÁS RECONOCIDO POR TU CAPACIDAD DE EVALUAR Y AYUDAR A PROFUNDIZAR.*

*ESTE CURSO ES PARA MAESTROS DE YOGA, SE REQUIERE CONTAR CON UNA CERTIFICACIÓN DE 200HRS.

HORARIOS: LUN A VIE DE 8:15 A 12:15
INVERSIÓN \$4,500 MN
LUGAR: SĀDHAK YOGA MÉRIDA



WhatsApp 81 2073 0195

omar@sadhakyoga.com

del 22 al 29 de mayo 2023

FORMATO INTENSIVO 20 HORAS



- EN ESTE CURSO 100% PRESENCIAL APRENDERÁS:
- AJUSTES FÍSICOS VS AJUSTES VERBALES
 - EL ARTE DE USAR LAS MANOS SIN LASTIMAR
 - ENTENDER MOVIMIENTOS ANATÓMICOS INTELIGENTES (BIOMECÁNICA) PARA EVITAR LESIONAR AL MOMENTO DE AJUSTAR
 - COMPRENSIÓN DE TODOS LOS PLANOS ANATÓMICOS Y COMO APROVECHARLOS.
 - TIPOS DE TEJIDO EN EL CUERPO Y PRINCIPALES LESIONES.
 - 60+ POSTURAS BÁSICAS, INTERMEDIAS Y AVANZADAS (ALINEACIÓN, Y AJUSTES)

HORARIOS: LUN A VIE DE 8:15 A 12:15
INVERSIÓN \$4,500 MN
LUGAR: SĀDHAK YOGA MÉRIDA



WhatsApp 81 2073 0195

omar@sadhakyoga.com

5 lugares que no te puedes perder si vienes al Intensivo de Ajustes en Mérida

- Cenotes
- Paseo Montejo
- Uxmal
- Izamal
- Sisal











