GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

Curso de profesor de yoga en Kavaalya

Actualidad Empresarial | 23/02/2022 | 00:00

El yoga es una de las disciplinas milenarias más practicadas a nivel mundial. Quienes la realizan tienen como finalidad lograr un equilibrio entre la mente y el cuerpo, mediante una serie de posturas que promueven la meditación y flexibilidad.

Enseñar yoga es un oficio que brinda mucha satisfacción, debido a que permite ayudar a otros a encontrar la dirección correcta para mejorar su calidad de vida. Una buena opción para iniciarse en el camino de la enseñanza es formarse en Kavaalya. Este centro ofrece cursos de profesor de yoga online, en el cual proporcionan una base sólida para la enseñanza y un profundo conocimiento.

¿A quién va dirigido el curso de profesor de yoga?

Este programa de formación online está diseñado para que tanto principiantes como practicantes avanzados puedan alcanzar las habilidades y confianza necesaria para enseñar la disciplina. Mediante una experiencia transformadora de 200 horas, ayudarán a los inscritos a expandir su mente y descubrir que el yoga no se trata solo de posturas. El curso está dividido en 4 módulos en los que los estudiantes aprenderán sobre la raíz de la filosofía del yoga, ejercicios de meditación, técnicas de pranayama y otros temas.

Los conocimientos impartidos incluyen las distintas variaciones del yoga, como el Hatha, asociado más que nada con el ejercicio físico, o el yoga Nidra. Con este último se consigue un alto grado de relajación, mediante la inducción del sueño psíquico, permitiendo alcanzar un estado entre el sueño y la vigilancia. Además, cuentan con profesores especialistas en ayurveda, quienes enseñarán los principios básicos de esta ciencia. Con esto, se busca tener un complemento clave que permita a los estudiantes conocer más sobre la correcta alimentación y la salud.

Ventajas de los cursos de formación de Kavaalya

Los cursos van dirigidos a estudiantes de todos los niveles, ya sea para aquellos que se están iniciando en la disciplina o para quienes llevan tiempo practicándola. El curso consta de 8 semanas, con más de 70 horas destinadas a clases online en directo. De este modo, los profesores podrán hacer las correcciones necesarias de manera personalizada. Además, para aquellos que no tienen posibilidad de conectarse, las clases son grabadas, de manera que es posible verlas en cualquier momento.

Los estudiantes pueden realizar los cursos de Kavaalya a su ritmo y serán examinados únicamente cuando estén listos. Otra de las ventajas es que cuentan con un equipo de traducción que brinda la posibilidad de practicar con los maestros hindúes en versión original. Además, no solo se enfocan en impartir conocimientos sobre el yoga, sino que también enseñan técnicas de oratoria. De esta manera, los nuevos profesores pueden desenvolverse de mejor manera en sus clases.

Actualmente, están abiertas las inscripciones para un nuevo curso que inicia el 3 de abril y finaliza el 29 de mayo. La inversión tiene un coste de 990 €, pero tienen promociones para obtener hasta un 33 % de descuento.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/167522-curso-de-profesor-de-yoga-en-kavaalya.htm