



YOGA FUSION





OM NAMAH SRI GANESHAYA

¡OM! HOMENAJE AL DIVINO GANESHA



Reg.No: YAI/EU/SP/20EFTY21/2105

YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL
India's first International Yoga Alliance

CERTIFICATE OF REGISTRATION



E.F.T.Y.
European Federation Traditional Yoga

European Federation Traditional Yoga

Director: Cristina Mata Gomez

Teacher Training Programs meet the requirements of
YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL
at the 200-hour, 300-hour and 500-hour Levels

May 2021



Swami Vidyanand
Founder | President
Yoga Alliance International

स्वामी विद्यानंद



K.M.Chandrashekar
Organising Director
Yoga Alliance International

K.M. Chandrashekar



*“MEDIANTE EL DISCERNIMIENTO ADECUADO SE OBTIENE
EL CONOCIMIENTO DE QUÉ ES LA REALIDAD, DEL MISMO MODO
QUE SE PONE FIN AL TREMENDO MIEDO Y ANGUSTIA QUE CAUSA
EN UNA MENTE CONFUSA LA FORMA DE UNA SOGA
AL CONFUNDIRLA CON UNA SERPIENTE”.*

Viveka Chudamani

(La Joya Suprema del Discernimiento-Shankara)



INTRODUCCIÓN

En la enseñanza se nos transmite la importancia de seguir la revelación que llega desde la apertura del corazón. Yoga Fúcion nace en un momento especial en mi vida, en un momento donde me atrevo a seguir mi intuición, lo que coloquialmente decimos “escuchar el corazón”. Por fin, un sueño hecho realidad, unir las dos prácticas que más me han ayudado en el proceso de auto-indagación: HaTha Yoga y Kundalini Yoga.

Así que por primera vez presentamos este curso de formación con el propósito de entender la práctica más allá de las líneas, y formas de yoga, y reconocer en cada práctica lo más importante “que el Yoga es Unidad”.



RECONOCIMIENTO

YOGA ALLIANCE INTERNATIONAL
(INDIA, EUROPA, AMÉRICA).

INVERSIÓN

INSCRIPCIÓN
80 euros

MENSUALIDADES
125 euros



QUIENES SOMOS Y PARA QUÉ ESTE CURSO



Mi nombre es **KRISTINA** y llevo más de veinticinco años como practicante y profesora de yoga.

En 1999 me examino como Formadora de Profesores de Yoga (A.E.P.Y.) y en el 2001 empiezo la primera formación hasta el día de hoy.

Personalmente mi aportación es mi experiencia y la necesidad que he tenido durante este tiempo de innovar y crear. Para mí los detalles y la capacidad de ver en lo pequeño la llave para abrir nuevos horizontes en el cuerpo me fascina.

Mi inspiración ha sido por un lado tod@s l@s profesores que me han enseñado y por el otro la capacidad de observar el detalle. Este punto es el que vamos a cultivar en este curso.

Marta y yo te guiaremos en tu propia práctica, en tu dirección y te apoyaremos para que conozcas otra visión o visiones de enseñar y mostrar una práctica de yoga.



QUIENES SOMOS Y PARA QUÉ ESTE CURSO



Mi nombre es **MARTA**, soy Osteópata por la escuela EMPO (Escuela Psico-Ostepatía Orgánica y por el método Poyet.

Formadora de Profesores de Yoga reconocida por "Equilibrium" Bhakti Yoga Shala, escuela reconocida por la Yoga Alliance International.

Formadora en Abhyanga Yoga.

Me he formado en diferentes estilos de enseñanza: Bhakti Yoga Vinyasa, Yoga Mítico, Yoga Terapéutico y Yoga Fusion.

Mi enseñanza se inspira en la práctica de Nil Hahoutoff y el Bhakti Yoga (Yoga del Corazón).

Mi propósito en este curso de formación es compartir todo lo que he aprendido durante años. Para mí ha sido una experiencia fascinante, maravillosa y transformadora.

Es sin duda un camino de Autoconocimiento.



QUIENES SOMOS Y PARA QUÉ ESTE CURSO



Mi nombre es **CHIDSHAKTI DEVI**, soy profesora de Hatha Yoga, Kundalini Yoga y Yoga Fusion, reconocida por la Yoga Alliance International.

Alumna de la vida y enamorada de los vínculos entre las energías sutiles, la consciencia, la espiritualidad, los pensamientos y las emociones, especialmente sus implicaciones en el proceso de sanación holística y energética.



MARTA Y YO TE GUIAREMOS EN TU PROPIA PRÁCTICA,
EN TU DIRECCIÓN Y TE APOYAREMOS PARA QUE CONOZCAS
OTRA VISIÓN O VISIONES DE ENSEÑAR Y MOSTRAR UNA PRÁCTICA DE YOGA.



PROGRAMA

16.15 - 18.15H
PRÁCTICA DE YOGA FUSION

18.30 - 19.30H
ANATOMÍA FUSION

19.30 - 21.00H
TEORIA DE FUSION

CALENDARIO

18 OCTUBRE
22 NOVIEMBRE
06 DICIEMBRE (9 A 14:00H)
17 ENERO
14 FEBRERO
21 MARZO
18 ABRIL
16 MAYO
20 JUNIO
11-12 JULIO SALIDA VERANO

INTENCIÓN, PROPÓSITO

Nuestra intención es ayudarte a establecer puentes, a reconocer lo común, a unir, y fusionar la enseñanza. Reconocer que existe un punto de unidad más allá de las miradas que desde el exterior puedan parecer diferentes.

ES UN CURSO INSPIRADO PARA INSPIRARTE



“RÍE PORQUE ESE ES TU PROPÓSITO EN LA VIDA.

AMA PORQUE ESO ES A LO QUE HAS VENIDO.

BRILLA PORQUE ESO ES IMPORTANTE.

COMPARTE PORQUE ESO ES LO QUE SE TE PIDE DE TI.”

Yogi Bhanjan



TEMARIO

OCTUBRE

EL HATHA YOGA COMO TABLA DE SALVACIÓN EN LA ERA DE KALI YUGA.
LAS FUENTES DE KUNDALINI YOGA.

NOVIEMBRE

UNA BÚSQUEDA AL INFINITO.
ALINEACIÓN DIVINA SEGÚN LA ENSEÑANZA DEL HATHA YOGA Y KUNDALINI YOGA.

DICIEMBRE - ÁSANA

PRANAYAMA SEGÚN EL HATHA YOGA PRADIPIKA.
EL PRANAYAMA SEGÚN LAS ENSEÑANAS DE KUNDALINI YOGA.

ENERO

PRATYAHARA SEGÚN EL HATHA YOGA PRADIPIKA.
PRATHARA SEGÚN LAS ENSEÑANAS DE KUNDALINI YOGA.

FEBRERO

LO FEMENINO Y LO MASCULINO
Según la enseñanza del Tantra y la visión de Yogui Bhajan.

MARZO

DHARANA SEGÚN EL HATHA YOGA PRADIPKA.
DHARANA SEGÚN LAS ENSEÑANAS DE KUNDALINI YOGA.

ABRIL

DHYANA SEGÚN EL HATHA YOGA PRADIPIKA.
DHYANA SEGÚN LAS ENSEÑANAS DE KUNDALINI YOGA.

MAYO

SAMADHI SEGÚN EL HATHA YOGA PRADIPIKA.
SAMADHI SEGÚN LAS ENSEÑANAS DE KUNDALINI YOGA.

JUNIO

REPASO DE LOS TEMAS DADOS.

JULIO

CONVIVENCIA YOGUICA.



ESTUDIAREMOS LOS SIGUIENTES TEXTOS

EL HATHA YOGA PRADIPIKA DE SWAMI SVATMARAMA
ENSEÑANZAS DE KUNDALINI YOGA SEGÚN YOGUI BHAJAN
EL MUNDO ESTÁ EN EL ALMA DE VALMIKI



“EL JÑANA YOGUI UTILIZA SU MENTE PARA INDAGAR SOBRE SU PROPIA NATURALEZA. EL ESPACIO QUE ESTÁ DENTRO DE UN VASO Y EL QUE ESTÁ FUERA DE ÉL LOS PERCIBIMOS COMO SI FUERAN DIFERENTES. DE LA MISMA MANERA PENSAMOS QUE ESTAMOS SEPARADOS DE DIOS. EL JÑANA YOGA LE PERMITE AL DEVOTO ROMPER EL VASO Y ASÍ LLEGAR A SENTIR DIRECTAMENTE SU UNIDAD CON DIOS. LOS VELOS DE LA IGNORANCIA DESAPARECEN. ANTES DE COMENZAR A PRACTICAR JÑANA YOGA, EL ASPIRANTE DEBE HABER INTEGRADO LO APRENDIDO EN LOS OTROS CAMINOS DEL YOGA, YA QUE, SIN ABNEGACIÓN Y AMOR A DIOS, SIN UN CUERPO Y UNA MENTE FUERTES, LA BÚSQUEDA DE LA REALIZACIÓN DEL SER PUEDE TRANSFORMARSE EN MERA ESPECULACIÓN VANA”.



हरि तल
tat इत इत नल