

# ECOSER YOGA 200 h

## FUNDAMENTOS, INTEGRACIÓN PERSONAL Y ENSEÑANZA CONSCIENTE

Formación teórica y experiencial en relación con la comunidad y la naturaleza



*Formación perteneciente al Sistema Holistic EcoYoga de la Escuela Yoga Kula*



**CONVOCATORIA ONLINE 2026**



# CONVOCATORIA 2026

## MODALIDAD

### *Híbrida Online*

#### **Online en Vivo + Campus Online**

Los encuentros en directo nos permitirán profundizar en conceptos teóricos, afinar técnica práctica y realizar autoreflexiones individuales y compartidas para ampliar lo aprendido en nuestro día a día.

El Campus Online te dará acceso a todo el contenido teórico pre-grabado y un paquete de clases prácticas.

## DIRECTOS

***5 seminarios de (sábado y domingo por la mañana) +***

***1 día de presentación de proyectos***

- **Lecciones maestras.** Sesiones de teoría que fortalecen los cimientos y consolidación de Yoga como disciplina de vida.
- **Técnica práctica.** Comprensión sobre la ejecución progresiva de la práctica de Asanas.
- **Autoreflexión.** Comprensión y autoconocimiento de lo aprendido en nuestro día a día a través de invitación a reflexionar en aspectos filosóficos, metáforas, energética, Ikigai, etc.
- **Espacio de verbalización.** Compartir experiencias internas, aclarar bloqueos, procesar cambios y transformaciones, etc.
- **Experiencia compartida y Comunidad.** Prácticas que aporten sentido, contención emocional, sostén de grupo, proceso compartido, motivación, etc.

## *Fechas*

HORARIO: 09:00 - 13:30 (España Peninsular, GMT+1 / GMT+2 según corresponda)

*\* La última sesión tendrá una duración mayor o menor dependiendo del número de personas que formen el grupo*

Sesiones en vivo	
<b>20 - 21 Junio</b>	<b>3 - 4 Octubre</b>
<b>25 - 26 Julio</b>	<b>7 - 8 Noviembre</b>
<b>29 - 30 Agosto</b>	<b>12 Diciembre</b>

## CAMPUS ONLINE

En casa, integrarás conocimiento, desarrollarás disciplina y maduración de los conceptos a través de:

- **Visualización, indagación y comprensión del contenido teórico pre-grabado.** Fundamentos, Explicaciones anatómicas y energéticas, Conceptos y aplicabilidad, etc. En total, tendrás acceso ilimitado a 17 HORAS de contenido con su correspondiente PDF por cada asignatura
- **Sesiones Prácticas.** Demostraciones y sesiones completas de práctica de Asanas progresivas con introducción filosófica. 33 CLASES DE 90 MIN
- **Autoreflexión.** Elaboración de informes que te invitan a adaptar el contenido a tus propias circunstancias personales y profesionales permitiéndote descubrir patrones mentales, gestión emocional, variabilidad estacional, etc.
- **Evaluación tipo test.** De cada asignatura teórica
- **Proyecto final.** Síntesis personal y aplicación práctica de lo aprendido.

*\* Acceso al Campus Online 24 h antes del inicio del Curso donde podrás acceder de manera ilimitada al contenido pre-grabado*

# SISTEMA DE EVALUACIÓN

Para obtener el Diploma, se debe completar los siguientes requisitos:

- **Asistencia** a los seminarios en vivo o en su ausencia, entrega de un informe de la grabación correspondiente
- **Evaluación tipo test:** Cada asignatura incluye un test de evaluación que debe superarse con un mínimo del 80% de aciertos y 5 intentos. La realización de los test es completamente flexible. Cada participante elige cuándo hacerlos, en función de su propio ritmo de estudio y preparación.
- **Informes de clases prácticas:** Durante el curso académico, el alumnado deberá entregar informes de las prácticas realizadas en casa correspondientes al PACK de clases que se entregan con la inscripción.
- **Informes de clases compartidas:** Entrega de informes de clases compartidas como profesor/a de Yoga
- **Proyecto final:** El cierre del curso se realizará con la presentación de un proyecto final que sea integrador, personal y aplicado. El objetivo de este proyecto es diseñar un plan de práctica anual para un grupo objetivo en el que se aplique las herramientas aprendidas adaptadas según las condiciones de cada alumno/a. El formato ha de ser en PDF (no más de 15 páginas) con un esquema claro y estructurado y con referencias a aquellas fotos o esquemas que no sean propios.

*\* El primer día de clase, se darán todos los detalles correspondiente al sistema de evaluación incluyendo cómo realizar los informes e información detallada sobre el proyecto final.*

## CONDICIONES y ASISTENCIA

\* La asistencia a las sesiones online es **requerida** para la obtención del diploma. En caso de ausencia a alguno de los seminarios, la persona recibirá la grabación de la material compartida y deberá entregar un informe de cada lección a la que faltó para justificar su aprendizaje.

\* La última sesión es la presentación del **Proyecto fin de curso**. En caso de no poder asistir el alumnado podrá asistir a otra convocatoria en las mismas condiciones que el resto de seminarios o bien, agendar una sesión personal online con los formadores por 90 € adicionales

\* El **acceso al contenido** (PDF y VÍDEOS) en el Campus Online **no tiene límite de tiempo**. El alumnado podrá seguir accediendo a los materiales incluso después de haber finalizado el curso.

\* En el supuesto de no cumplir con alguna de los requisitos del sistema de evaluación en el plazo exigido, la persona dispondrá de **1 año**, a contar desde el último día de curso, sin coste extra para finalizar el curso. Transcurrido dicho plazo, podrá optar al Diploma, previa entrega de todas las evaluaciones, por 50 € por extensión de matrícula.

## RESOLUCIÓN DE DUDAS

- **Ilimitadas.** Puedes plantear todas las cuestiones que necesites durante tu período formativo e incluso más allá de este, siempre que estén relacionadas con los contenidos del curso.

- **Canales disponibles para tutorías.** Las vías a través de las cuales puedes plantear tus dudas y preguntas son las siguientes:

- Sesiones en Vivo. Durante estas sesiones podrás compartir tus dudas, inquietudes, inseguridades o cuestiones relacionadas al temario o tus circunstancias. Estos son espacios para abrirnos y compartir lo que necesitemos desde el punto de vista conceptual, personal, relacional o profesional.

- Grupo privado. Este espacio funciona como un lugar de reunión virtual, similar a Grupo de Facebook, pero integrado dentro de nuestro Campus Virtual. Puedes escribir tus dudas y comentarios, que serán visibles para el equipo docente y para otros participantes.

NOTA: Este grupo permanecerá activo hasta el día de la última sesión en vivo de la convocatoria en activo

- Foro de soporte del curso. Dentro del Campus Online encontrarás un Foro en el que publicar tus preguntas organizadas por asignatura o bloque de contenidos. Este foro está siempre disponible y permite hacer un seguimiento ordenado de las respuestas y aportaciones.

- Email. Si prefieres una vía más privada, puedes enviar tus consultas por email a la escuela formadora: [info@yogakula.es](mailto:info@yogakula.es)

# GRUPOS REDUCIDOS Y ATENCIÓN PERSONALIZADA

Nuestro trabajo es acompañar en un proceso de cambio estructural, integral y orgánico. Por eso, no llevamos formaciones masivas con decenas de alumnos. Manejar grupos reducidos nos permite realizar una atención personalizada que se expresa en:

- **Contacto personal.** Tendrás interacción directa con los dos formadores a cargo de este curso y podrás compartir con ellos todo lo que necesites y dejarte asesorar por su experiencia y sensibilidad
- **Asesoramiento personalizado.** Tus informes y evaluaciones serán revisadas una a una, dándote un feedback específico para ti, que te permitirá optimizar y mejorar tu aprendizaje y la adecuada integración de lo aprendido en tu día a día.

# DIPLOMA

- **Escuela Certificadora.** El diploma está avalado por *Yoga Kula*<sup>®</sup>, escuela especializada en la formación profesional desde el año 2013, con amplia trayectoria en la enseñanza de Yoga y bienestar integral.

- **Sistema Holistic EcoYoga - HEY.** Esta formación pertenece al grupo de formaciones inéditas y originales de Holistic EcoYoga.

- **Reconocimiento internacional - Yoga Alliance.** *Yoga Kula*<sup>®</sup> esta registrada como RYS500 (*registered Yoga School 500 h*) en Yoga Alliance y cuenta con formadores acreditados como E-RYT500 y YACEP, lo que otorga reconocimiento internacional a tu formación.

Al finalizar este curso de 200 h podrás:

- **Registrarte directamente como RYT200** en Yoga Alliance
- Inscribirte en el directorio de **profesores del Sistema Holistic EcoYoga** (Escuela Yoga Kula<sup>®</sup>) sin coste extra.
- **Reconocimiento en España - Certificación de profesionalidad.** El diploma expedido incluye acreditación de 200 hrs, lo que te permite usarlo como parte de los requisitos en convocatorias de Certificación de Profesionalidad en Yoga según la normativa vigente.

## Contacto

**ESCUELA:** [www.yogakula.es](http://www.yogakula.es)

**SISTEMA HOLISTIC ECOYOGA:** [www.holistichecoyoga.com](http://www.holistichecoyoga.com)



**ORGANIZA:** [www.holisticnature.com](http://www.holisticnature.com)

**Redes sociales:** @holisticnature

**Whatsapp:** +34 636 78 11 67

**Email:** [info@holisticnature.com](mailto:info@holisticnature.com)

