ECOSER YOGA 200 h

Fundamentos, Integración personal y Enseñanza Consciente

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

Formación perteneciente a la Escuela y Sistema Holistic EcoYoga



CONVOCATORIA 2027

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	
30 - 31 Enero	**24 - 25** Abril
13 - 14 Febrero	**22 - 23** Mayo
20 - 21 Marzo	**10** Julio

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 19 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@holisticecoyoga.com

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 *Holistic EcoYoga*, 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**. *Holistic EcoYoga* 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** 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

HOLISTIC ECOYOGA: www.holisticecoyoga.com

ORGANIZA: www.holisticanature.com

Redes sociales: @holisticanature

Whatsapp: +34 636 78 11 67

Email: info@holisticanature.com