Yin Yoga Holístico 120 h

Medicina china, Somática y Prácticas Meditativas

Formación de 120 h para integrar la pausa como camino somático y meditativo para armonizar cuerpo, energía, sistema nervioso y ciclos estacionales

Formación del Sistema Holistic EcoYoga



TCMYoga HEY

MODALIDAD

Online a tu ritmo + Acompañamiento en Vivo

El contenido estructural se trabaja a tu ritmo mediante clases grabadas, prácticas guiadas y ejercicios que te invitan a adaptar el contenido a tu circunstancia personal y profesional.

Los encuentros en vivo son **OPCIONALES** y representan espacios de profundización, supervisión y experiencia compartida donde el aprendizaje se encarna y se transforma. Sólo se ofrecerán si hay grupo mínimo

Online a tu ritmo

Al realizar tu inscripción, te meteremos en el curso en el plazo de 24 h.

En el campus online podrás acceder a contenido en PDF y audiovisual para que vayas aprendiendo a tu ritmo sin límite de tiempo

TCMYoga HEY

- **Visualización, indagación y comprensión del contenido teórico pre-grabado**. Fundamentos, Explicaciones anatómicas, energéticas y psicológicas, Conceptos y aplicabilidad, etc.
- **Sesiones Prácticas**. Demostraciones y sesiones completas de práctica de Asanas, Pranayama, Relajación, Nidra, etc.
- **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 opcional**. Síntesis personal y aplicación práctica de lo aprendido.

Mentorías en Vivo opcionales

En la convocatoria abierta tienes la posibilidad de asistir a **8 conexiones en Vivo de 1 hora** mediante **Google Meet.**

La EMISIÓN EN VIVO sólo se realizaráa si hay un grupo mínimo de 3 personas que confirman su asistencia

En caso de realizarse, las personas que forman parte de esta convocatoria recibirán la sesión grabada

El inicio del curso se realiza desde que te inscribes. No has de esperar al inicio de la primera mentoría ya que el curso es ONLINE A TU RIMO

Estas conexiones no aportan contenido extra y sirven para:

TCMYoga HEY

- **Orientación pedagógica**. Marco estructural del contenido, objetivos a cubrir por asignatura, consejos de estudio y aplicabilidad, etc.
- **Integración real**. Resolución de dudas, revisar errores de interpretación, aterrizar conceptos en casos reales, etc.
- **Supervisión**. Correcciones y ajustes prácticos, refinamiento técnico, orientación personalizada.
- **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 Sesiones en vivo opcionales

HORARIO: 18:30 - 19:30 (España Peninsular, GMT+1 / GMT+2 según corresponda)

** La última sesión tendrá una duración mayor o menor dependiendo del número de personas que asistan en vivo*

Distribución sesiones en vivo 2027	
9 Febrero	**20** Abril
2 Marzo	**4** Mayo
16 Marzo	**18** Mayo
6 Abril	**22** Junio

TCMYoga HEY

SISTEMA DE EVALUACIÓN

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

- **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.

Opcional para personas que asistan en vivo:

- **Autoreflexión**: En las sesiones en vivo se propondrán Autoreflexiones sobre el contenido para vivenciarlo, procesarlo y "hacerlo nuestro".
- **Proyecto práctico opcional**: El cierre del curso permitirá compartir la presentación de la experiencia personal de cada persona a título individual, personalizado o grupal a través de conclusiones, sensaciones, mejoras y aprendizajes durante el aprendizaje. El objetivo es sintetizar y comprender lo que cada participante se lleva del curso.

TCMYoga HEY

RESOLUCIÓN DE DUDAS

• **Ilimitadas**. Puedes plantear todas las dudas que necesites durante tu período formativo y también una vez finalizado el curso, especialmente si estás aplicando los contenidos en clases, talleres o proyectos personales. El acompañamiento continúa más allá del estudio teórico.

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

- *Sesiones en Vivo (Acompañamiento en directo)*. Durante estas sesiones en línea se reserva un espacio para formular preguntas y compartir inquietudes. Es una excelente oportunidad para expresarte en tiempo real y recibir orientación directa.

- *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

TCMYoga HEY

DIPLOMA

• **Escuela Certificadora.** El diploma está avalado por la Escuela 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. Al finalizar podrás abrir una ficha en el directorio de profesores sin coste extra.

• **Reconocimiento internacional - Yoga Alliance.** La escuela 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 300 h podrás:

- Sumar estas horas para obtener la **certificación RYT500**, siempre que ya seas **RYT200** o estés completando una formación de 200 hrs que te permita inscribirte como tal.

- **Registrarte directamente como RYT200** en Yoga Alliance, si aún no eres profesor/a inscrito/a.

- **Utilizar estas 300 hrs como formación continua (YACEP)** si ya estás registrado/a en Yoga Alliance y necesitas actualizar tu formación.

• **Reconocimiento en España - Certificación de profesionalidad.** El diploma expedido incluye acreditación de 300 hrs, lo que te permite usarlo como parte de los requisitos en convocatorias de Certificación de Profesionalidad en Yoga según la normativa vigente.

TCMYoga HEY

Contacto

HOLISTIC ECOYOGA: www.holisticecoyoga.com

ORGANIZA: www.holisticanature.com

Redes sociales: @holisticanature

Whatsapp: +34 636 78 11 67

Email: info@holisticanature.com

TCMYoga HEY

TCMYoga HEY