



Este curso va dirigido a todos los alumnos de yoga que busquen adquirir mayor conocimiento sobre el Ser Humano, a todos los que quieran profundizar en la Ciencia del Yoga, a los que aspiran a un crecimiento y evolución espiritual. De todos los anteriores, algunos continuarán su crecimiento iniciándose como profesores de Yoga y Maestros.

La Formación:

La formación la imparte **Manuel Paz (Madhava)**, Maestro fundador del Ashram, y profesores ampliamente cualificados, transmitiendo la enseñanza del Yoga clásico siguiendo la tradición Guru-Kala, de forma amena, adaptada y sencilla.



Materias que se imparten:

- ❖ Prácticas de Pranayama, Asanas y Relajación
- ❖ Ciencia de la Meditación
- ❖ Ciencia del Sonido, Mantras
- ❖ Ciencia del Sendero
- ❖ Sutras de Patanjali (libros I y II)
- ❖ Anatomía
- ❖ Bhagavad Gita



Calendario y Programa:

Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
<i>Inicio Curso</i> 7 - 8	11 - 12	4 - 5	1 - 2	6 - 7	3 - 4
Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
15 - 16	1 - 12	16 - 17	14 - 15	11 - 12	<i>Fin Curso</i> 2 - 3

La duración del Curso es de un año natural, un fin de semana al mes y en Agosto un intensivo de 12 días

Sábado:

- 8:30 Meditación y Mantras
- 10:30 Asanas
- 12:00 Desayuno
- 13:30 Ciencia de la Meditación
- 17:00 Ciencia del Sonido (Mantras)
- 19:00 Cena
- 20:30 Ciencia del Sendero
- 22:00 Sutras de Patanjali
- 23:00 Meditación

Domingo:

- 9:00 Meditación y Mantras
- 10:30 Asanas
- 12:00 Desayuno
- 13:00 Anatomía
- 14:00 Bhagavad Gita
- 15:30 Despedida

Requisitos para apuntarse:

El haber asistido al menos por un periodo de 2 años a un centro de Yoga de Sanatana Dharma.

Y el requisito básico para acceder a la formación es tener un sincero interés en la profundización y práctica del Yoga, comprometerse en las actividades del funcionamiento del propio Ashram durante el periodo de formación y el respeto hacia todo y hacia todos.