



CURSO DE

PROFESOR S DE YOGA

ASHRAM SANATANA DHARMA





BIENVENID S

Nuestro curso, que se celebra desde hace más de 40 años de forma ininterrumpida en esta Escuela, te entregará las bases del conocimiento de esta milenaria Ciencia y descubrirás por ti mism  un auténtico sentido de vida, experimentando un amable proceso de transformación personal.

Te capacitará también para ayudar y guiar a quienes desean comenzar su viaje en el Yoga.

¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ESTE CURSO?

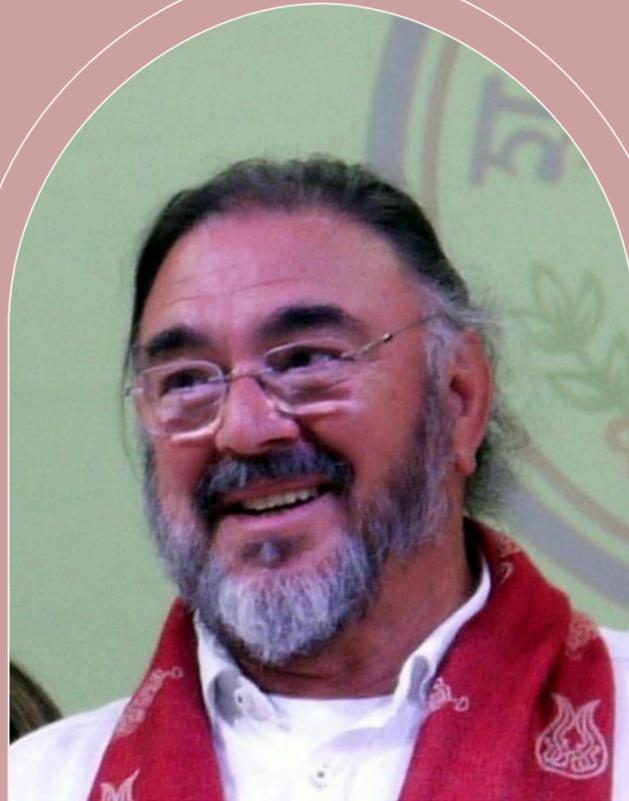
Abierto a cualquier practicante de yoga que, ya convencido de sus profundos beneficios, desea profundizar más e incluso llegar a colaborar en su difusión de múltiples formas. No se necesita que seas excepcional en tu práctica ni en tus conocimientos, sino que estés preparad 🌟 para seguir aprendiendo, y si te surge la oportunidad, dispuest 🌟 a enseñar a otras personas lo que tú estás viviendo.





«PRÁCTICAS
SENCILLAS
PARA UNA
VIDA PLENA»

NUESTROS PROFESORES



MADHAVA

Manuel Paz.

Maestro Fundador de
la Escuela, desde 1980



DRUVA

Dr. Alfredo Iglesias.

Maestro de yoga y
Dir. médico de la Escuela.



KALKI

Javier Aizpiri.

Maestro de yoga y
Formador de profesores

NUESTROS PROFESORES



CHAITANYA

Xavier Zubimendi.
Maestro de Yoga,
especializado en Mantra Yoga.



GAUTAMI

Cristina Álvarez.
Maestra de yoga y
Dir. de Sanadhar Teatro.



COMPONENTES



1

PRÁCTICAS DE ASANA,
PRANAYAMA Y RELAJACIÓN

2

CIENCIA DE LA MEDITACIÓN

3

CIENCIA DEL SONIDO

4

CIENCIA DEL SENDERO

5

SUTRAS DE PATANJALI
(LIBROS I Y II)

COMPONENTES



6

ANATOMÍA

7

ESTUDIO DEL BHAGAVAD GITA

8

ACOMPañAMIENTO GRUPAL

9

EXPERIENCIA DE INMERSIÓN
EN LA TEORÍA Y PRÁCTICA DE
YOGA

COMPONENTES



10

INICIACIÓN AL MANTRA
POR PARTE DEL MAESTRO

11

ASISTENCIA A UNA
REPRESENTACIÓN DE
SANADHAR TEATRO

12

PROCESO DE REVISIÓN Y
AUTOEVALUACIÓN
A FINAL DE CURSO



ASHIRAM



ASRHHAM

NUUESTRO HORARIO

HORARIO

SÁBADO

8:30 MEDITACIÓN Y MANTRAS

17:00 CIENCIA DEL SONIDO

10:30 SESIÓN DE ASANAS

18:00 SUTRAS DE PATANJALI

12.00 DESAYUNO

19:00 CENA

13:30 CIENCIA DE LA MEDITACIÓN

20:30 CIENCIA DEL SENDERO

15:00 DESCANSO

22:30 MEDITACIÓN

NUUESTRO HORARIO

HORARIO

DOMINGO

9:00

MEDITACIÓN Y MANTRAS

10:30

ASANAS O ACOMPAÑAMIENTO GRUPAL

12.00

DESAYUNO

13:30

ANATOMÍA

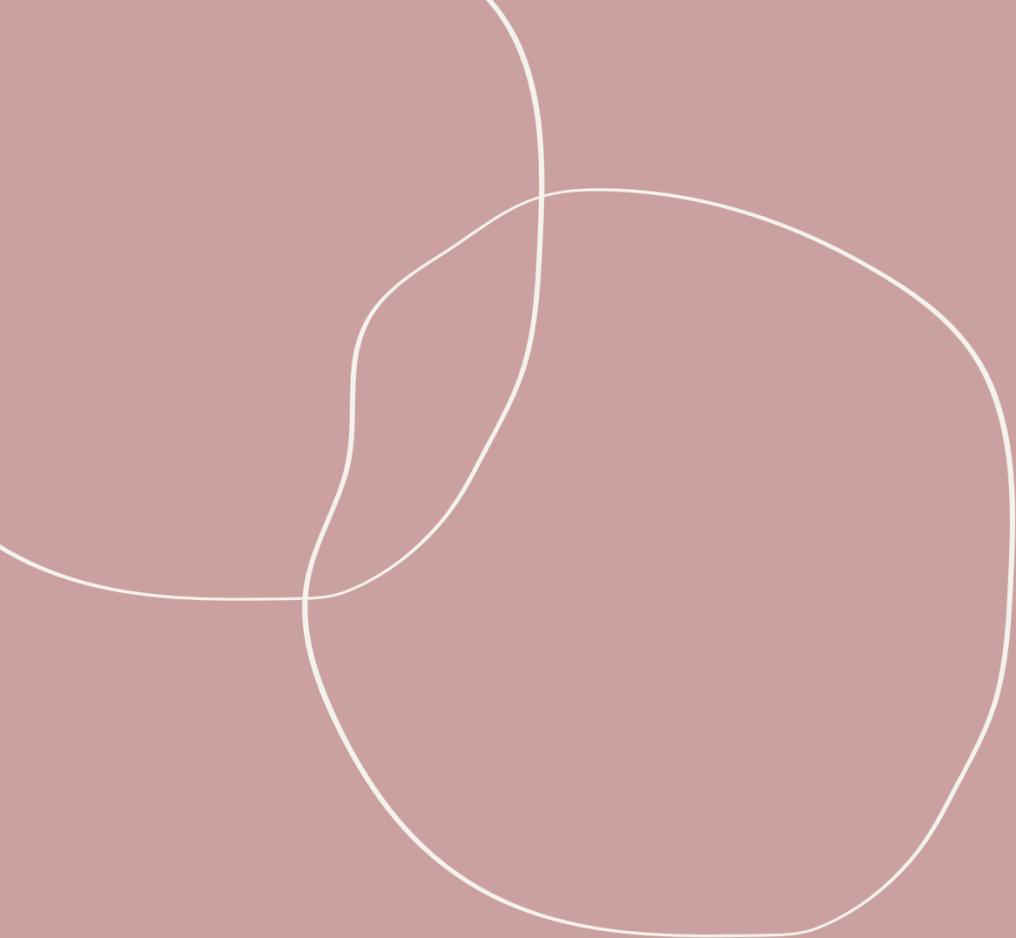
14:30

BHAGAVAD GITA

*Durante el intensivo de agosto y el último fin de semana en diciembre, el horario variará para incluir también los demás componentes del curso.



ASHRAM



CURSO DE PROFESOR S DE YOGA

DURACIÓN

ENERO : Sábado 17/ domingo 18

FEBRERO: Sábado 7 / domingo 8

MARZO: Sábado 7 / domingo 8

ABRIL: Sábado 11 / domingo 12

MAYO: Sábado 9 / domingo 10

JUNIO: Sábado 6 / domingo 7

JULIO: Sábado 11 / domingo 12

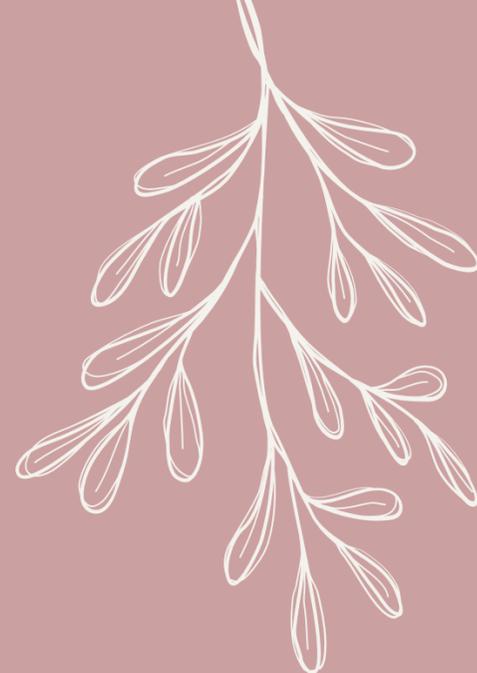
AGOSTO: 1-12

SEPTIEMBRE: Sábado 12 / domingo 13

OCTUBRE: Sábado 10 / domingo 11

NOVIEMBRE: Sábado 14/ domingo 15

DICIEMBRE: Sábado 5/ domingo 6



175€ / fin de semana

990€ / 12 días de agosto

10% dto. por pago único anticipado (y en caso de ausencia justificada, se podrán recuperar las clases en años posteriores)

NUUESTROS PRECIOS

Incluye alojamiento en régimen de pensión completa desde el viernes a la noche hasta el domingo a mediodía y servicio de guardería

“¡TE INVITAMOS A SUMARTE
A ESTA EXPERIENCIA
ENRIQUECEDORA!”

CURSO DE PROFESOR S DE YOGA
ASHRAM SANATANA DHARMA 2026



ASHIRAM SANATANA DHARMA



Bainuetxeko errepidea, 5 20740 Zestoa -Gipuzkoa

Información e inscripciones en:

www.yogacondharma.com/cursos

o en el teléfono: 652 717 655