

PROGRAMA DE EDUCACIÓN CONTINUA DEL IYENGAR YOGA CENTER

INTRODUCCIÓN

El Iyengar Yoga Center (IYC) cuenta con más de 30 años difundiendo el método, fiel a las enseñanzas de Guruji, Geetaji y Prashatji Iyengar. En nuestras sucursales, miles de alumnos han recibido clases y se han formado más de 100 maestros que hoy están certificados a nivel internacional. Hoy el IYC es el instituto de yoga donde maestros de diferentes países y ciudades de México convergen, comparten sus experiencias, aprenden juntos y continúan profundizando en su práctica y en su enseñanza.

Con la intención de continuar siendo este espacio de convergencia y fortaleciendo la Comunidad Iyengar es que presentamos este Programa de Educación Continua para Maestros Certificados en el Método y para los aspirantes a maestros.

NIVELES DE APRENDIZAJE EN EL MÉTODO IYENGAR

¿Quién es un Maestro/a?

Aquella persona que enseña la materia del yoga es un maestro/a.

¿Quién es un mentor/a?

Aquella persona que guía es un mentor/a. Es quien ha experimentado y caminado el sendero del yoga y conoce los matices y complejidades del viaje, enseñando al aprendiz a hacerse consciente en su andar cotidiano. Si el practicante se llegara a resbalar en su camino, el mentor estará ahí para rescatarlo y darle soporte. El mentor es el puente entre el Gurú y el maestro. El mentor es un amigo, un filósofo y un guía para el practicante de yoga.

El Gurú te muestra la Luz, el mentor navega y el maestro prepara al practicante para que emprenda su propio viaje.

MAESTRO CERTIFICADO

Hoy existen 4 niveles en el camino de la certificación, los cuales tienen validez internacional.

Aquel alumno que lleve 3 ó más años aprendiendo y profundizando en su práctica de yoga (a nivel práctico/teórico), al lado de un mentor/a, puede presentarse a un examen de certificación. Estos exámenes están validados por la AMYI (Asociación Mexicana de Yoga Iyengar). El primer nivel es sólo el principio de un camino de vida, este método es un pozo profundo de sabiduría.

APRENDIZ

El aprendiz es aquel practicante que ama tanto lo que ha aprendido de sí mismo a través de su práctica de yoga, que tiene un gran anhelo por compartir su experiencia con más personas.

COMPONENTES DEL PROGRAMA

El programa se estructura de acuerdo a diferentes niveles de experiencia:

1. El aprendizaje en clases, como alumno/a regular y comprometido/a.
2. En la práctica personal, llevando lo aprendido en clase al tamiz de la experiencia en casa.
3. En la enseñanza, acompañado por su mentor/a en el proceso de convertirse en maestro.

Estos niveles están establecidos bajo los nuevos lineamientos promulgados por RIMYI (Ramamani Iyengar Yoga Institute, Pune, India).

En Iyengar Yoga Center tenemos un grupo de aprendizaje conformado por alumnos que se inician en la práctica de asana y pranayama y quieren realizar su examen de certificación del nivel 1, así como maestros certificados que buscan seguir refinando y profundizando en su práctica para realizar su examen al siguiente nivel,

El IYC ha desarrollado un Programa de Educación Continua que busca contribuir al aprendizaje de manera conjunta entre maestros, con base en diferentes actividades y experiencias, tales como:

1. Clases cotidianas de Asana y Pranayama: Clases regulares que deberán tomar con su maestro y/o mentor para aprender habilidades para nutrir su práctica personal.
2. Práctica personal: Un tiempo destinado en casa para que pueda aplicar lo aprendido en clase y así desarrollar la sensibilidad de su propia experiencia. Esto lo llevará a convertirse con el tiempo en un maestro de calidad.
3. Grupos de Estudio: reuniones semanales entre compañeros que comparten el mismo camino y que conforman una comunidad de apoyo, guiados por el mentor en el camino de la práctica y enseñanza.
4. Talleres: Para profundizar en diferentes tópicos de la práctica, diferentes familias de posturas, aplicación de los apoyos (props) en la práctica, cuestiones terapéuticas, etc.
5. Retiros: Con maestros del IYC o maestros Senior internacionales que se reúnen en locaciones comúnmente en el interior de México, donde, como su nombre lo indica, los practicantes se retiran para vivir una experiencia intensa y profunda de aprendizaje y autoconocimiento.

INSCRIPCIÓN Y REGISTRO

Si estás interesado en integrarte por primera vez al Programa de Educación Continua del IYC escribe un correo a contacto@yogacenter.com.mx o a alicia@yogacenter.com.mx con una carta explicando tus motivos. Una vez recibido serás contactado para una entrevista individual con la maestra Alicia Ramos para evaluar tu caso e integrarte al programa. **El programa es continuo por lo que podrás iniciar en cualquier momento.**

COSTOS Y FORMA DE PAGO

El pago puede ser por **clase suelta** o por **paquete**.

PAGO POR CLASE SUELTA

- Cada sesión de Grupo de Estudio \$570
- Cada sesión de Asana \$280

EL COSTO DEL PAQUETE DEPENDERÁ DEL NÚMERO DE SESIONES QUE TENGA EL MÓDULO ESTO SE ESTABLECE CADA VEZ QUE INICIA UN MÓDULO.

Proceso de Registro y Pago

- 1.- Regístrate en nuestro sistema a través de <https://iyengaryogacenter.tribu.yoga/app> creando un usuario y contraseña
- 2.- Para comprar el paquete ve al apartado de Tienda, da clic en donde dice **"Paquete Educación Continua"** y añade tu tarjeta para realizar el pago. Luego ve al apartado de calendario y reserva la clase que vayas a tomar, tienes que reservar cada vez ya que al reservar te aparecerá el botón para unirte a zoom y entrar a la clase.
- 3.- Para comprar clase suelta ve al apartado de paquetes, en donde dice dice **"Clase suelta de educación continua"** y añade tu tarjeta para realizar el pago. Luego ve al apartado de calendario y reserva la clase.
- 4.- Para cancelar una reservación a clase deberás hacerlo con 9 hrs de anticipación, de lo contrario se tomará por dada y se descontará de tu paquete.
- 5.- Si no puedes asistir a la clase en vivo puedes revisar la grabación. **Todas las sesiones de educación continua se envían a todos los participantes que hayan reservado la clase.** Las grabaciones estarán disponibles durante 14 días. Las grabaciones de asana no se mandan a menos que solicites la grabación e igualmente estará disponible por 14 días.
- 5.- No hay reembolsos o devoluciones por reservaciones y pagos hechos por error.

Horarios de clases de asana

Para usar las clases de asana que incluye el paquete puedes elegir las clases de los siguientes horarios:

- Martes 8:00 con Alicia
- Martes 19:00 con Litha
- Miércoles 8:30 con Anette
- Jueves 7:00 con Alicia **Pranayama**
- Jueves 19:00 con Litha
- Sábado 7:00 con Litha
- Domingo 8:00 con Litha

*Estos horarios podrán variar y se les informará de los cambios o adiciones de nuevos horarios incluidos en el programa.