

MEDITACION Y MINDFULNESS

ONLINE FORMACIÓN

Instructor/a Especializado/a **100h**

Meditación y Mindfulness es un área de desarrollo creada por el Dr. Denis Criado en la Escuela Internacional de Yoga.

El Curso Online en Meditación y Mindfulness (COEMM) ofrece una exploración práctica y una metodología actualizada para enseñar Meditación y Mindfulness.

Por una parte, se estudian y aprenden la ciencia y el arte de la meditación con base en la tradición del Yoga, así como su fundamento biológico, científico, psicológico y espiritual.

Para un Instructor o un Profesor de Hatha Yoga, le permite poder ofrecer clases y talleres de meditación avanzada para sus estudiantes de Hatha Yoga.

Al mismo tiempo, este curso ofrece las reveladoras prácticas mindfulness (atención plena) para el crecimiento personal y para contextos de ámbito personal y profesional, con base post-moderna y científica y atendiendo también a su conexión con los pilares del Yoga.

Para un Instructor o un Profesor de Hatha Yoga, le da las herramientas necesarias para poder ofrecer a sus alumnos prácticas meditativas para incorporar en la vida cotidiana.



CREADO E IMPARTIDO POR
Dr. Denis Criado

INICIO: 12 Octubre 2020

DURACIÓN: 27 semanas
(en 7 meses)

Precio Total: 1.300€

Matrícula: 300€

El resto, 1000€, en seis cuotas

info@escueladeyoga.com

www.escueladeyoga.com

www.escueladeyogaonline.com



Escuela
Internacional
de Yoga



COEMM

CURSO ONLINE ESPECIALIZACIÓN MEDITACION Y MINDFULNESS

CREADO E IMPARTIDO POR
Dr. Denis Criado

Esta formación online de 100h ofrece una exploración práctica orientada a ampliar conocimientos y a la adquisición de habilidades personales como Profesor/a de Yoga especializado/a en Meditación y Mindfulness.



◆ 12 Módulos en
27semanas (7 meses)



◆ Videoclases
◆ Videoconferencias



◆ Manual teórico-práctico
◆ Fichas y guiones prácticos



◆ Tutorías personales
◆ Foros de Estudio
y Reflexión



DENIS CRIADO

Formador de Yoga y Meditación en la Escuela Internacional de Yoga. Forma parte del equipo pedagógico y de formadores de la Escuela desde su fundación en el 2004.

Denis es creador de los cursos de especialización de Meditación y Mindfulness 100h., y Yoga Nidra 100h. en la Eiy, cursos avalados internacionalmente por Dr. Deepak Chopra, Ken Wilber y por el co-fundador de Yoga Alliance, Gyandev Rich McCord.

Entrenado en reconocidas y pioneras escuelas de Yoga en EE.UU y la India, realizó también postgrados en el Instituto de Formación Profesional de Mindfulness de la Universidad de California. Es graduado por la prestigiosa Universidad de Cambridge, UK, en Filosofía y Teología Oriental de la India. Continuó su formación en Hatha Yoga y Meditación en el Himalayan Institute en Pennsylvania (EE.UU.) y durante 7 años recibió un riguroso conocimiento de las prácticas avanzadas de meditación yogaica de dos maestros instruidos directamente por el gran yogui de la India Paramahansa Yogananda.

Toda su experiencia le ha proporcionado la base para impartir cursos en los últimos años a más de 700 profesores de Hatha Yoga para ofrecer un método transformador e integral donde se trabaja el cuerpo desde la meditación para vivir con mayor plenitud, consciencia y compasión.

Calle Fuencarral 134
28010 Madrid
91 416 68 81 - 648 078 824



Escuela
Internacional
de Yoga

info@escueladeyoga.com
www.escueladeyoga.com
www.escueladeyogaonline.com