

Anna Páiraló

**CURSO
DE
FORMA
CIÓN
DE
PROFES
OR@S
DE
YOGA**

200 horas 

Avalado por Yoga Alliance
Hospedería Monasterio de
La Vid (Burgos)
24 de Jul. al 15 de Ago. 2025



go
Yoga!
PRO



Si estás buscando...



Hacer del Yoga tu estilo de vida, y de su enseñanza tu profesión,



Disfrutar plenamente tu vida y liberar tu máximo potencial, desde el crecimiento consciente,



Profundizar en tu aprendizaje y práctica del Yoga de manera rigurosa y disciplinada,



Formar parte de una comunidad vibrante de Go Yogis, con quienes establecer sinergias y redes de apoyo,



TE ENCANTARÁ EL CURSO
DE FORMACIÓN DE
PROFESOR@S DE YOGA DE
200 HORAS QUE HEMOS
PREPARADO ESPECIALMENTE
PARA TI,

con todo el cariño!

QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA FORMACIÓN

Esta formación es el punto de encuentro para personas como tú, cuyo mayor deseo es contribuir con su servicio a hacer del mundo un lugar mejor, más consciente, más humano, más sincero.

Espacio de Transformación

Este curso aspira a ser una experiencia transformadora para ti y, por extensión, para aquellas personas con las que convives a diario.

Crecimiento Aritmético

Es éste el comienzo de una vida de constante estudio y desarrollo personal, al servicio del cuidado y crecimiento de aquell@s que confían en nosotr@s para acompañarles en su propio viaje de crecimiento personal de la mano del Yoga.

Vibrante Comunidad

¡Bienvenid@ a nuestra familia!
Go Yoga! PRO es una vibrante comunidad de profesor@s apasionad@s por la Práctica, que busca eliminar la competitividad y reemplazarla por colaboraciones y sinergias.



QUÉ VAS A APRENDER EN ESTA FORMACIÓN

En esta formación focalizaremos muy especialmente en la enseñanza de calidad, en la empatía con nuestr@s alumn@s y en cómo ofrecer clases personalizadas accesibles e inspiradoras a un tiempo.



Foco Pedagógico

A nivel pedagógico trabajaremos siempre en torno al practicante, orientando nuestras clases a sus necesidades y aprendiendo a adecuar nuestro lenguaje y técnica a su punto de partida.

Foco Energético

El trabajo de energía sutil subyacente a la práctica de Yoga será el grueso de nuestro estudio.

Foco Emocional

Este curso es altamente vivencial y haremos especial hincapié en nuestra responsabilidad como acompañantes del crecimiento personal de nuestr@s alumn@s.

Programa: *Formación 200 horas*

TÉCNICA, PRANAYAMA Y ASANA

dedicación: 100 horas

intensidad: alta

sistema: Calma en
Movimiento

METODOLOGÍA DIDÁCTICA

dedicación: 26 horas

intensidad: alta

estilo: aprendizaje
activo

ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL YOGA

dedicación: 20 horas

intensidad: alta

método: integral

Programa de Formación 200 horas

FILOSOFÍA, ÉTICA E HISTORIA DEL YOGA

dedicación: 31 horas

intensidad: alta

estilo: práctico y
vivencial

PRACTICUM

dedicación: 17 horas

intensidad: muy alta

método: aprendizaje
por competencias

FILOSOFÍA MODERNA. ESTILO DE VIDA

dedicación: 15 horas

intensidad: media

enfoque: inmersión y
reflexión filosófica

ASÍ SERÁ CADA DÍA

7-9 Meditación y Respiración

9-10 Desayuno

10-12 Anatomía Aplicada y Anatomía Sutil

12-14 Práctica de Asana

14-15 Comida

15-16 Diseño de Secuencia

16-17 Análisis de Posturas

ASÍ SERÁ CADA DÍA

17-18 Ajustes

18-19 Práctica de Enseñanza

19-19:30 Ética, Estilo de Vida,
Desarrollo Personal

19:30-20:00 Filosofía

20-20:30 Análisis y cierre

20:30-21:30 Cena

22:30 Silencio



DETALLES PRÁCTICOS

El certificado que obtendrás tras completar de manera satisfactoria esta formación está avalado y respaldado por Yoga Alliance. Esto garantiza el equilibrio entre las horas de trabajo que se dedicarán a estudio de Anatomía, Ajustes, Pedagogía, Filosofía y Práctica del Yoga.



¿Dónde y cuándo?

Este curso de 18 días de duración tendrá lugar en Hospedería Monasterio de La Vid del 24 de julio al 15 de agosto de 2025.

¿Cuánto?

El curso tiene un precio de:

- 4641 € habitación doble
- 5575 € habitación individual

¿Cómo?

Para reservar plaza en este curso, y concertar una entrevista personal, envíanos un correo a anna@annapairalo.com

THE SKY'S THE LIMIT

Si estás buscando profundizar en tu conocimiento y práctica del Yoga, pero no necesariamente deseas formarte como profesor@, ¡no pierdas de vista el océano de posibilidades de formación que te brindamos!



Talleres Monográficos

Visita frecuentemente nuestra web www.annapairalo.com. O, mejor aún, ¡suscríbete a nuestra Newsletter para estar al corriente de cada novedad!

Go Yoga! Beyond

Este es un curso inmersivo de Formación en Yoga cuyo formato mixto (online y presencial) se adapta a TI y a TUS NECESIDADES, ¡allá donde estés!

Retiros Intensivos

Estos retiros de corta y media duración suelen llenarse casi de manera inmediata a su lanzamiento. ¡Estáte atent@!

FOREVER A STUDENT

Si eres ya profesor@ titulad@ y estás buscando continuar tu formación,
¡te ofrecemos todas estas opciones!



Formación de 300 hrs

Muy pronto, publicaremos la información en nuestra web www.annapairalo.com.

¡Suscríbete a nuestra Newsletter!

Go Yoga! PRO

¡Únete a nuestro programa de Supervisión y Formación Continua para profesor@s!

Más info en

www.annapairalo.com

Formación de 200 hrs

Puedes enriquecer tu formación con tantos cursos de 200 horas como desees. ¡Seguro que cada uno de ellos enriquece tu visión y estimula tu creatividad!



Y, COMO BROCHE DE ORO,
TE TRAEMOS AL MAGNÍFICO
ALESSANDRO SIGISMONDI
QUE CONPARTIRÁ CONTIGO
TODOS SUS SECRETOS DE
MARKETING AUDIOVISUAL,

con todo el cariño!

Anna Páiraló

**CURSO DE
FORMACI
ÓN
CONTINUA
PARA
PROFESO
R@S DE
YOGA**

Fotografía y Yoga

*Impartido por Alessandro Sigismondi,
fundador de Sigismondi Productions*

Hospedería Monasterio de La Vid

15 al 17 de Agosto de 2025

PRECIO exclusivo Go Yogis: 490€

Asistencia Opcional.

Alojamiento no incluido



SIGISMONDI
PHOTOGRAPHY

¿Que aprenderás en este curso?





¡Te esperamos!

Amplía información en
www.annapairalo.com

y

Solicita tu entrevista
personal enviándonos un
correo a
anna@annapairalo.com

go
Yoga!
PRO

by Anna Pairaló