

Currículum de la Anusara School of Hatha Yoga (ASHY)



El currículum actual de ASHY y su programa de certificación consta de tres pasos:

1. La **Inmersión**: curso de 100 horas de estudio y práctica de Anusara Yoga que constituye la primera parte de la Formación de Profesores pero puede tomarse también como curso independiente de profundización en el yoga.
2. La **Formación de Profesores de Nivel 1**: curso de 100 horas de estudio sobre como enseñar Anusara yoga
 - a. Después de completar las 200 h de ambos cursos, se puede optar a la **licencia de Anusara Elements**, con la recomendación del profesor de la Formación y se puede inscribir en **Yoga Alliance al nivel de RYT 200**.
 - b. Después de enseñar durante dos años el profesor puede optar a la **licencia de Profesor Inspirado en Anusara**, con la evaluación de una clase por un Profesor Certificado y puede inscribirse **Yoga Alliance al nivel de RYT 200**.
3. **Formación de Profesores Avanzada (FPA) de 300 horas**. Permite optar a la **licencia de Profesor Certificado**, después un examen escrito y la evaluación de un video de una clase por un asesor independiente. Este nuevo curso de 300 h, junto a la Inmersión y la Formación de Profesores de Nivel 1 forman un curso integrado de 500 horas. Cualifica para inscribirse en la **Yoga Alliance al nivel de RYT 500**.

El proceso de certificación es un proceso separado de la Formación. La FPA prepara los profesores para este proceso. Su objetivo principal es crear una plataforma para que los profesores de Anusara puedan continuar su educación y formación en dos áreas principales:

- *Ser capaces de enseñar una clase de Anusara yoga de alta calidad*, al refinar y expandir las habilidades y técnicas introducidas en la FP de Nivel 1. Los profesores Anusara Elements e Inspirados se preparan con el fin de pasar el examen escrito y el video de la clase y, poder llegar a ser Profesores Certificados de Anusara yoga, además de expandir su habilidad de proporcionar una experiencia inspiradora de

Anusara yoga a todos sus estudiantes, incluidos grupos especializados.

- *Profundizar la experiencia, entendimiento y práctica:*
 - A través de formación avanzada en asana y otras prácticas de yoga como pranayama y meditación
 - continuando los estudios en varias áreas relacionadas como importantes textos Tántricos y Anatomía

Currículum de la Formación de Profesores Avanzada (FPA) 300 h



Este currículum incluye:

- **11 módulos obligatorios** - cada uno con un mínimo de horas de clase que suman un total de 156 horas presenciales más 12 horas no presenciales
- **Horas optativas que se pueden cursar de varios modos** (ver abajo)

Módulos Obligatorios

1. **Enseñando con los Principios Universales de Alineamiento** – mínimo de 12 horas presenciales
2. **El Arte y La Ciencia de Secuenciar** – mínimo de 12 horas presenciales
3. **Observación y Ajustes** – mínimo de 12 horas presenciales
4. **Enseñando con un Tema** – mínimo de 12 horas presenciales
5. **Filosofía** – mínimo de 24 horas presenciales
6. **Anatomía Funcional Aplicada al Yoga** – mínimo de 24 horas presenciales
7. **Enseñando Meditación** – mínimo de 12 horas presenciales
8. **Enseñando Pranayama** – mínimo de 12 horas presenciales
9. **Mujeres y Yoga** – mínimo de 12 horas presenciales
10. **Yoga para Mayores** – mínimo de 12 horas presenciales
11. **Metodología de Anusara y Co-Tutoría** – mínimo de 12 horas presenciales & 12 horas no presenciales

Total de Horas Obligatorias: 168 h (156 horas presenciales + 12 horas no presenciales)

Pre-requisitos para los módulos obligatorios

Para la mayoría de estos módulos, las 200 horas combinadas de la Inmersión más la Formación de Profesores de Nivel 1 son el pre-requisito. Hay algunas excepciones y algunos módulos estarán abiertos a otros estudiantes y profesores que no hayan seguido estos cursos. Lee con detenimiento abajo

- Los módulos de *Filosofía y Anatomía* son abiertos. Si te inscribes debes tener en cuenta que en parte de ellos se hará referencia a como usar el conocimiento aprendido para enseñar.
- A los siguientes cuatro módulos (*Enseñando Meditación, Enseñando Pranayama, Mujeres y Yoga y Yoga para Mayores*) pueden acceder también profesores de yoga con dos años de experiencia que no hayan seguido los estudios de Anusara yoga
- A los 5 módulos (*Enseñando con los PUAs, Enseñando con un Tema, El Arte y la Ciencia de Secuenciar, Metodología*) pueden acceder profesores con al menos dos años de experiencia después de completar un curso de 33 horas sobre los Principios Universales de Alineamiento.

Módulos Optativos **Total de Horas Optativas: 132 h**

Estas horas se pueden conseguir:

1. Estudiando **todas las 132 horas optativas** con un **CATT (Certificado como Formador de Profesores Avanzado)**
2. **Hasta 36 horas** pueden sumarse de cursos con un **Subject Matter Specialist (SMS)** (son los profesores especialistas en alguna materia aprobados por ASHY)
3. **Hasta 132 horas optativas** pueden venir de **talleres** con **Profesores Certificados de Anusara yoga** (en este apartado no se incluyen las clases públicas)
4. **Otros cursos** cuyos temas estén en **alineamiento** con los valores centrales de ASHY, filosofía de Tantra no-dual, PUAs, etc...
5. Repitiendo alguno de los **Módulos Obligatorios de la FPA** (Formación de Profesores Avanzada) para conseguir créditos optativos
6. Repitiendo una **Inmersión** o una **Formación de Profesores**.

Programa de la Formación de Profesores Avanzada (FPA) 300 h

Módulos OBLIGATORIOS 2017-19

156 h presenciales + 12 horas no presenciales



Los módulos obligatorios de la Formación de Profesores Avanzada (FPA) 300 h tendrán lugar **entre 2017 y 2019**, en Madrid (octubre y diciembre 2017) y en dos retiros de una semana en los veranos de 2018 y 2019. *(Más información sobre estos retiros muy pronto)*

El total de horas requeridas de módulos obligatorios es de 156 horas presenciales y 12 no presenciales. Con el programa que ofrecemos a continuación puedes completar todas las horas obligatorias requeridas, y añade 43 horas más optativas, que hacen un total de 211 horas. Te faltarían un total de 89 horas para cursar como desees dentro de las posibilidades ofrecidas arriba.

Pre-requisitos para los módulos obligatorios

Para la mayoría de estos módulos, las 200 horas combinadas de la Inmersión más la Formación de Profesores de Nivel 1 son el pre-requisito. Hay algunas excepciones y algunos módulos estarán abiertos a otros estudiantes y profesores que no hayan seguido estos cursos. Lee con detenimiento abajo

- Los módulos de *Filosofía y Anatomía* son abiertos. Si te inscribes debes tener en cuenta que en parte de ellos se hará referencia a como usar el conocimiento aprendido para enseñar.
- A los siguientes cuatro módulos (*Enseñando Meditación, Enseñando Pranayama, Mujeres y Yoga y Yoga para Mayores*) pueden acceder también profesores de yoga con dos años de experiencia que no hayan seguido los estudios de Anusara yoga
- A los 5 módulos (*Enseñando con los PUAs, Enseñando con un Tema, El Arte y la Ciencia de Secuenciar, Metodología*) pueden acceder profesores con al menos dos años de experiencia después de completar un curso de 33 horas sobre los Principios Universales de Alineamiento o la Inmersión 1.

Módulos Obligatorios en Madrid

MADRID 12-15 oct Filosofía Tantra no-dual **36 h: 24 h obligatorias + 12 optativas**

MADRID 2-5 dic Anatomía Funcional Aplicada al Yoga **28 h: 24 obl + 4 optativas**

Retiro verano 2018 (8 días) **60 h obligatorias + 12 h optativas**

- Enseñando con los PUA – 12 h
- El Arte y La Ciencia de Secuenciar – 12h
- Enseñando con un Tema – 12 h
- Las Mujeres y el Yoga– 12 h
- Enseñando Meditación – 12 h

Las horas optativas serán horas de práctica

Retiro verano 2019 (7 días) **48 h obligatorias + 15 h optativas**

- Observación y Ajustes – 12 h
- Enseñando Pranayama – 12 h
- Yoga para la Tercera Edad – 12 h
- Metodología de Anusara y Tutoría – 12 h

Las horas optativas serán horas de práctica

- ✓ Total de Horas **Obligatorias presenciales** hechas con este programa: **156**
- ✓ Total de Horas **Obligatorias no presenciales** hechas con este programa: **12**
- ✓ Total de Horas **Optativas** hechas con este programa: **43 h**
- ✓ Horas optativas que quedan **por hacer** con las opciones descritas más arriba: **89 h**