

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
- **Varios módulos optativos**

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. Repitiendo uno o más de los **módulos obligatorios**
2. A través de **módulos optativos** ofrecidos en la FPA 300 h. Estos módulos deben tener un mínimo de 6 horas cada uno y pueden variar de una formación a otra.
3. **Talleres** de Anusara yoga y **retiros** pueden contar por un **máximo de 36 horas** optativas. Para ello esos cursos deben de ser impartidos por un CATT (Formador Certificado de Profesores de Anusara Yoga), un Especialista en algún tema relacionado o un profesor de Anusara yoga aprobado por el Comité de Certificación de Anusara para enseñar talleres que sean parte de las horas optativas del ATT.
4. Estudiando con un **Maestro Especialista** en algún tema relacionado (SMS) aprobado por el Comité de Anusara yoga. Se pueden obtener un **máximo de 50 horas** de esta forma
5. **Repitiendo o asistiendo en una Inmersión o una Formación.**

Programa de la Formación de Profesores Avanzada (FPA) 300 h Primer Año - MADRID / JEREZ de la FRONTERA 2017-18



La Formación de Profesores Avanzada (FPA) 300 h tendrá lugar principalmente entre Madrid y Jerez de la Frontera durante los años 2017 y 2018.

En este documento encontrarás la lista de los módulos ofrecidos durante el primer año de esta Formación. En total se ofrecerán 141 horas de módulos obligatorios y 35 horas optativas en un retiro de yoga durante el verano cuyas horas podrás añadir en el registro de créditos de esta Formación. *El programa para el segundo año se ofrecerá más adelante.* Puedes hacer todos los módulos con la intención de completar la Formación de 300 h o puedes tomar módulos sueltos si así te interesa. Al final de este documento hay información sobre los pre-requisitos para cada uno de los módulos.

En el caso de la Formación, hay módulos obligatorios y módulos optativos. Para más información sobre el currículum de la Formación de Profesores Avanzada (FPA) de 300 h consulta el documento con ese título que puedes también descargar como pdf.

Módulos Obligatorios **Total de Horas Obligatorias primer año: 141 h presenciales**

30 sept - 1 oct	Enseñando con los PUA – 14 h (Jerez de la Frontera)
12-15 oct	Filosofía – 36 h (Madrid) Módulo abierto
28-29 octubre	El Arte y La Ciencia de Secuenciar – 14h (Jerez de la Frontera)
2-5 dic	Anatomía Funcional Aplicada al Yoga – 28 h(Madrid) Mód abierto
6 diciembre	Práctica avanzada – 7h (Madrid) Módulo abierto
16-17 diciembre	Observación y Ajustes – 14h (Jerez de la Frontera)
3-4 febrero 2018	Enseñando Pranayama – 14 h (Jerez de la Frontera) Módulo abierto
10-11 febrero 2018	Enseñando Meditación – 14 h (Jerez de la Frontera) Módulo abierto

Módulos Optativos **Total de Horas Optativas primer año: 35 h**

9-14 agosto 2017	Retiro en Sierra de Betis, Bolonia (Cádiz) – 35h
------------------	--

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.