

## 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**: 100 horas de estudio y práctica de Anusara Yoga que constituyen la primera parte de la Formación de Profesores y es también un curso independiente de profundización en el yoga
2. La **Formación de Profesores de Nivel 1**: 100 horas de estudio sobre cómo 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 a 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:

- **9 módulos obligatorios** - cada uno con un mínimo de horas de clase que suman un total de 132 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. **Metodología de Anusara y Co -Tutoría** – mínimo de 12 horas presenciales & 12 horas no presenciales

**Total de Horas Obligatorias: 144 h** (132 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*) 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: 156 h**

Estas horas se pueden conseguir:

1. Estudiando **todas las 156 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**  
**132 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. Luego se irán repitiendo cada año y puedes unirte a esta Formación en cualquier momento.

En los retiros de verano se cumplirán las horas obligatorias (con excepción de Filosofía y Anatomía) y se harán horas extra que puedes añadir como optativas.

Es importante que apuntes todas las horas de Anusara yoga que hagas desde el comienzo de la Formación Avanzada.