



## Formación Yoga para niñ@s

### Orientada a:

Profesionales Ciencias de la Salud, Ciencias del Movimiento, Magisterio, Pedagogía,  
Profesor@s de Yoga, Estudiantes

### Duración curso 100 horas de Cátedra

Webinars en vivo

Video con prácticas reales

Prácticum

# Programa

## Módulo 1

- 1.1 Introducción y conceptos básicos
- 1.2 Enseñando Yoga en las diferentes etapas y edades infantiles
- 1.3 Pedagogía y metodología educativa
  - 1.3.1. Canciones y mantras en infancia
  - 1.3.2. Juegos yóguicos
- 1.4 La importancia de nuestra práctica
- 1.5 Inteligencia emocional
- 1.6 Creando mi clase de yoga infantil
  - 1.6.1 Diseño y elaboración de la sesión
  - 1.6.2 Asanas o posturas de yoga y su adaptación
  - 1.6.3 Pranayama o técnicas de respiración y su adaptación
  - 1.6.4 La relajación y el poder de la visualización creativa

## Módulo 2

- 2.1 Aplicación por etapas, necesidades y práctica adaptada:
  - 2.1.1 Primera infancia
  - 2.1.2 Infancia intermedia
  - 2.1.3 Pre-adolescencia
  - 2.1.4 Adolescencia
- 2.2 La adolescencia, una etapa de cambios fisiológicos, neurológicos y espirituales

## Módulo 3

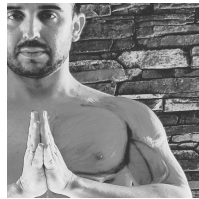
- 3.1 Yoga en familia
- 3.2 Yoga en las escuelas
- 3.3 Yoga para niñ@s con necesidades especiales
  - 3.3.1 TDAH
  - 3.3.2 TEA
  - 3.3.3 Parálisis cerebral
  - 3.3.4 S.Down/S.Angelman
- 3.4 Meditación y mindfulness para niñ@ y jóvenes.



**Raphaëla Fischer**

Mi nombre es Raphaëla Fischer, nací en Alemania y vivo en Altea con mi familia. De joven estudié derecho, y durante unos años ejercí como abogada, trabajando también en banca, como directora financiera. Desde hace varios años dejé ese mundo para dedicarme a aquello que de verdad me apasiona, convirtiéndome en Profesora de Yoga y Terapeuta.

Tengo una amplia experiencia en clases personalizadas, de todos los niveles, y en diferentes estilos de yoga y meditación. He profundizado mucho en el perfeccionamiento postural con fines terapéuticos, y algo que nunca falta en mis clases es el aspecto espiritual, guiando a mis alumnos para que puedan conectar con su corazón. Mi mayor felicidad es compartir ésta técnica milenaria, que resulta tan eficaz con nuestros problemas cotidianos, como el estrés, el insomnio, la depresión, o los desórdenes alimenticios. El Yoga simplemente nos recuerda cómo podemos volver a ser felices.



**Pedro Rodríguez Picazo**

*Comencé mi singladura en el mundo de la Salud en 1996, primero como técnico de urgencias y posteriormente como enfermero. Fascinado desde mi infancia por la filosofía oriental me formé en Medicina China y posteriormente obtuve varios máster y posgrados univ. en Osteopatía, Kinesiología, en Salud Mental y en Nutrición en diversas facultades españolas, así como formación complementaria en diversas áreas relacionadas con la bioenergética. Tras varios años como consultor y terapeuta observé el potencial humano que tiene el Yoga como filosofía y herramienta terapéutica por lo que me formé en Kundalini Yoga y Yoga Terapéutico que indico y prescribo de forma habitual a mis pacientes en ámbito grupal e individual.*

*Actualmente desarrollo mi labor como especialista en patología crónica y subclínica así como abordaje de la Salud Mental y Comunitaria*

*Dirijo varios espacios formativos universitarios relacionados con el Yoga Terapéutico y las Terapias Naturales. Soy miembro de la Junta directiva de la Sociedad española de Salud y Medicina Integrativa (SESMI) y miembro de la International association of Yoga Therapy (IAYT)*