

PROGRAMA DE TALLERES DIPLOMADO YOGA YOGHISMO VERACRUZ, PTO. QUINTA GENERACION 2019-2020			
MODULO 1 GATASTHA YOGA			
N	DESCRIPCION TALLER	FECHA	PROFESOR
1	Darsana en el Yoghismo	30 y 31 de marzo 2019	
2	Los textos sagrados del yoga	27 y 28 de abril 2019	
3	las asanas en gatastha I	25 y 26 de mayo 2019	
4	nutricion en gatastha	22 y 23 de junio 2019	
5	las asanas en gatastha II	20 y 21 de julio 2019	
6	anat. fisio. de las asanas. Manejo de riesgo en clase de yoga	24 y 25 de agosto 2019	
MODULO 2 HATHA YOGA			
N	DESCRIPCION TALLER	FECHA	PROFESOR
1	introduccion al hatha yoga	28 y 29 de sept 2019	
2	sat karmas y alimentacion en hatha yoga	26 y 27 de octubre 2019	
3	asanas en hatha yoga I (nivel intermedio)	23 y 24 de nov 2019	
4	pranayama	14 y 15 de dic 2019	
5	asanas en hatha yoga II (nivel intermedio)	18 y 19 enero 2020	
6	anatomia y fisiologia del aparat. Respiratorio	15 y 16 de febrero 2020	
MODULO 3 RAJA YOGA			
N	DESCRIPCION TALLER	FECHA	PROFESOR
1	Introduccion al raja roga pancadashanga	14 y 15 de marzo 2020	
2	percepcion y emociones (pratyahara)	11 y 12 de abril 2020	
3	mantra (musicoterapia y meditacion activa).	16 y 17 de mayo	
4	sexualidad trascendente y erotismo en el yoga (tantrismo)	13 y 14 de junio 2020	
5	asana samyama	11 y 12 de julio 2020	
6	ayurdveda de la salud (conciencia meditativa)	8 y 9 de agosto 2020	