Re-nacer

yoga prenatal
postnatal y para la fertilidad

— Formación de 85 horas

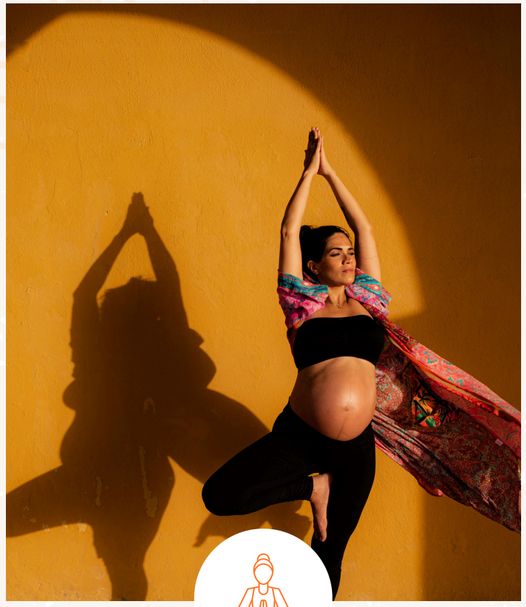
Es para mi?

Esta formación de Yoga Prenatal - Posnatal y para la fertilidad va dirigida a todas aquellas personas que quieran acompañar la maternidad o vivir su propia experiencia de embarazo de una forma más consciente.

Un curso de Yoga y embarazo para profesoras, mujeres embarazadas, parteras, doulas, psicólogas, educadoras, personas que quieran acompañar, parejas y mujeres en general.

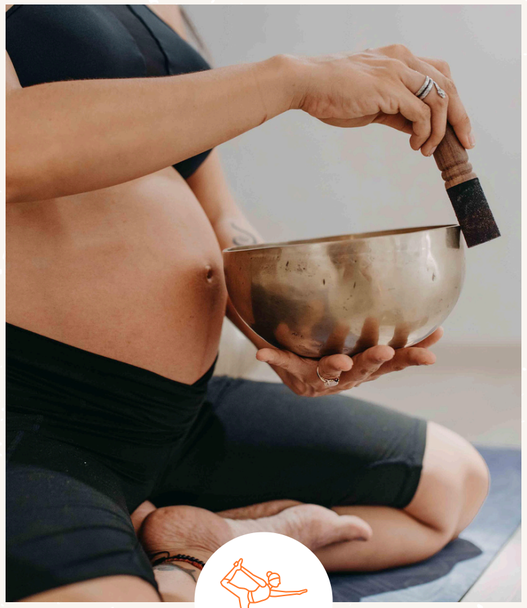
> La maternidad no tiene por qué ser un reto aislado. Juntas, las mujeres podemos crear comunidades de apoyo donde cada madre se siente respaldada y empoderada.

¿qué aprenderas?



ASANAS

Taller de posturas: yoga prenatal y postnatal/ Beneficios y contraindicaciones

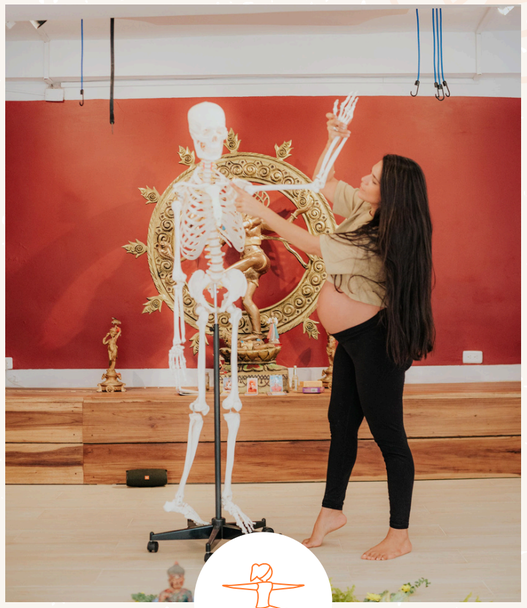


RITUALES

Como organizar rituales y ceremonias para acompañar este mágico proceso.
Terapia de sonido para madres gestantes.

SECUENCIAR

Secuencia prenatal - posnatal- para la fertilidad



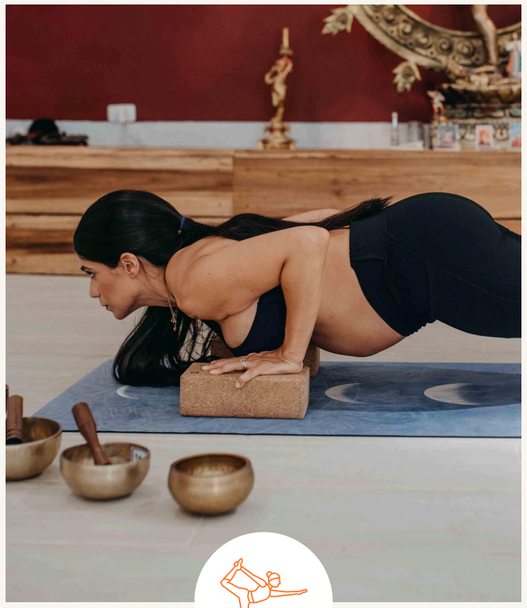
ANATOMIA

Fisiologia de la mujer y cambios en el embarazo
Fortalecimiento del suelo pelvico

¿qué aprenderas?

AROMATERAPIA

Aromaterapia especial para madres gestantes.



PROPS

Uso de props por trimestre

MEDITACION

Meditaciones guiadas para promover el bienestar de las madres gestantes y reducir estres y ansiedad.

COMUNIDAD

Como ayudar a crear una tribú que sostenga a la mujer en gestación y posparto.

ADEMAS, TALLERES ESPECIALIZADOS

DOULAS

Talleres especializados con dulas para apoyar a mujeres en gestación y posparto.

ALIMENTACIÓN

Taller alimentación consciente para la fertilidad/prenatal y postnatal

REFLEXOLOGIA

Reflexologia basica para embarazadas con el fin de acompañar tus sesiones de yoga.

Cada paso se hace más ligero cuando tenemos a otras mujeres a nuestro lado, compartiendo la fuerza y la sabiduría que solo nosotras podemos entender.

mayo 16-23

CUPOS
LIMITADOS

LUGAR

AKASHA YOGA SCHOOL
PUERTO COLOMBIA, ATLANTICO, COLOMBIA

que incluye

- 7 noches, 8 dias
- Transporte ida y regreso Aeropuerto Barranquilla - Pradomar
- Alimentación completa vegetariana
- Hospedaje en habitación compartida o privada.
- Café, té, y agua potable.
- Material digital
- Certificacion
- Gift Box
- Asesoría indefinida por parte de los docentes después de terminado el curso.

INVERSIÓN

habitación privada

$5.300.00 COP

valor por pronto pago

precio despues del pronto pago
antes del 01 de marzo 2025

$5.600.000 COP

habitación compartida doble

$4.500.00 COP

valor por pronto pago

precio despues del pronto pago
antes del 01 de marzo 2025

$4.800.000 COP

GUIAS

LOS QUE ACOMPAÑAREMOS TU FORMACIÓN
CON MUCHO AMOR

LILA LORDUY

PROFESORA YOGA
PRENATAL POSTNATAL
HATHA YOGA
ASHTANGA/VINYASA
MADRE

CLARY MARULANDA

DOULA
ACOMPAÑANTE DE PROCESOS
DE LA MUJER
MADRE

PABLO BUSTILLO

TERAPEUTA DE SONIDO
PROFESOR DE MEDITACION Y
FILOSOFIA

JULIA PAZ

TERAPEUTA HOLISITCA Y
REFLEXOLOGA

En la maternidad, cada mujer tiene una historia que merece ser escuchada, y acompañarse mutuamente es dar espacio a que esas historias florezcan.
Que hermoso que la practica nos lleve a vivenciar estos procesos de transformación profunda.

Contactanos

INFO VIA WHATSAPP

3165880340

iNSTAGRAM

AKASHAYOGASCHOOL

ESCRIBENOS POR CORREO

AKASHAYOGASCHOOL@GMAIL.COM