



Carval Formación sl



MONITOR DE YOGA PARA EMBARAZADAS CON PRÁCTICAS

Curso · A Distancia

349 € IVA inc.



Capacítate para poder trabajar con mujeres en estado de embarazo

Tipología	Curso
Nivel	Nivel intermedio
Metodología	A distancia
Horas lectivas	400h
Duración	4 Meses
Inicio	Fechas a elegir
Prácticas en empresa	Sí
Envío de materiales de aprendizaje	Sí
Servicio de consultas	Sí
Tutor personal	Sí

Con este curso, el cual es ofrecido por Carval Formación y que está disponible en el ámbito académico de Emagister, podrás sacar el máximo provecho a tu habilidad y gusto por la práctica del Yoga, aprendiendo los secretos de este tipo disciplina.

Dentro del plan de estudios, se aprenderá sobre la importancia de la práctica del yoga durante la etapa del embarazo, profundizando sobre los diferentes cambios y transformación del cuerpo, la respiración, la postura correcta en cada una de las etapas del embarazo, la práctica del yoga y la preparación para afrontar el parto. Por otra parte, el curso se dicta en la modalidad OnLine, utilizando tus horarios, mediante el trabajo autónomo o las clases denominadas de enseñanza programada, en las cuales dispones del contenido, talleres y pruebas, sin la presencia permanente de un docente o tutor.

Por eso, sorpréndete con este curso y con las novedades que tenemos para ti, solo estas a un “clic”, porque en Emagister.com estamos dispuestos a ayudarte y darte la información que necesites. ¡Contáctanos!

Instalaciones y fechas

A distancia

INICIO

Fechas a elegir

Matrícula abierta

A tener en cuenta

¿Cuáles son los objetivos de este curso?



Preguntas & Respuestas



¿Dónde puedo indagar más sobre este programa?

Deysi S., 25/10/2023

Respuesta de Equipo E. (25/10/2023)

¡Hola! En Emagister, tienes la opción de solicitar información. Solo tienes que hacer clic en "Pide información" y proporcionar la información requerida. Un asesor te contactará. Saludos.



¿Se actualizan los contenidos del máster conforme a las tendencias y avances más recientes en homeopatía, fitoterapia y nutrición?

Delma B., 25/10/2023

Respuesta de Equipo E. (25/10/2023)

Hola, gracias por comunicarte con nosotros. Sin lugar a dudas, el programa cuenta con la información más reciente y los profesores expertos en la materia. Saludos, el equipo de Emagister.

Opiniones

Logros de este Centro



¿Cómo se consigue el sello CUM LAUDE?



Materias

- ✓ Yoga
- ✓ Embarazo
- ✓ Monitor de yoga
- ✓ Yoga para embarazadas
- ✓ Parto
- ✓ Bebe
- ✓ Transformación
- ✓ Cambio
- ✓ Respiración
- ✓ Postura

- ✓ Yoga terapéutico
- ✓ Embarazo Sesiones de yoga
- ✓ Instrucción en yoga
- ✓ Posturas de yoga
- ✓ Cambios del cuerpo
- ✓ Transformación del cuerpo
- ✓ Relajación
- ✓ Postura correcta
- ✓ Preparación para el parto
- ✓ Recuperación

Profesores



Beatriz Jiménez
TUTOR

Temario

I. ¿POR QUÉ PRACTICAR YOGA DURANTE EL EMBARAZO?

El bebé antes de nacer
Cuidando tu embarazo
Beneficios de la práctica del yoga durante el embarazo
Preparación para el parto
Cómo afrontar el parto
Descubre tu fuerza interior

II. CAMBIO Y TRANSFORMACIÓN

El cambio corporal
Los cambios en el útero
Tu cuerpo y tu bebé
Las emociones
Ser madre
Actividad interior
Proximidad del parto
Más allá del parto

III. LA RESPIRACIÓN

Yoga y respiración
Respiración y emociones
Desarrollando la conciencia de la respiración

IV. LA POSTURA EN LA VIDA DIARIA

Postura de pie erguida
Las curvas de la columna vertebral
Descubre tu centro de gravedad
Postura y respiración
De pie y andando
Sentada
Descansar y dormir
Las posturas después del parto

V. LA PRÁCTICA DEL YOGA DURANTE EL EMBARAZO

Cómo empezar

Grupo 1: Calentamiento

Grupo 2: Ejercicios pelvianos

Grupo 3: Posturas de rodillas

Grupo 4: Hombros y cuello

Grupo 5: Posturas de pie

Grupo 6: Posturas avanzadas

Grupo 7: Relajación

VI. AFRONTAR EL PARTO

Crear el entorno para el parto

Compartir con la Tierra

Compartir la experiencia. El papel de la pareja

La preparación del parto

Práctica para el parto. Primera fase.

Práctica para el parto. Segunda fase

Posturas para dar a luz

Fase tercera. El post parto

VII. POSTURAS POR TRIMESTRES