

# Máster Semipresencial Yoga Terapéutico

Aval/Membresía



**tech** global  
university



## Máster Semipresencial

### Yoga Terapéutico

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

Acceso web: [www.techitute.com/ciencias-del-deporte/master-semipresencial/master-semipresencial-yoga-terapeutico](http://www.techitute.com/ciencias-del-deporte/master-semipresencial/master-semipresencial-yoga-terapeutico)

# Índice

01	02	03	04
Presentación del programa	¿Por qué estudiar en TECH?	Plan de estudios	Objetivos docentes
<hr/>	<hr/>	<hr/>	<hr/>
<i>pág. 4</i>	<i>pág. 8</i>	<i>pág. 12</i>	<i>pág. 24</i>
	05	06	07
	Prácticas	Centros de prácticas	Salidas profesionales
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 30</i>	<i>pág. 36</i>	<i>pág. 42</i>
	08	09	10
	Metodología de estudio	Cuadro docente	Titulación
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	<i>pág. 46</i>	<i>pág. 56</i>	<i>pág. 62</i>

# 01

# Presentación del programa

El Yoga Terapéutico ha cobrado relevancia en el ámbito de la salud integrativa gracias a su capacidad para abordar dolencias físicas y emocionales desde una perspectiva holística. Según datos del National Center for Complementary and Integrative Health, aproximadamente el 14.3 % de los adultos han practicado yoga en el último año como método complementario para el manejo del dolor y la ansiedad. En este contexto, esta oportunidad académica de TECH Global University surge como respuesta a la creciente demanda de profesionales capaces de aplicar los principios del yoga con fines terapéuticos, integrando conocimientos anatómicos, fisiológicos y psicosociales. Con una metodología que inicia en modalidad online, el plan culmina con instancias prácticas presenciales diseñadas para consolidar competencias en escenarios clínicos reales.





“

*Un programa exhaustivo y 100% online, exclusivo de TECH y con una perspectiva internacional respaldada por nuestra afiliación con la International Association of Yoga Therapists”*

Actualmente, el abordaje terapéutico de diversas dolencias físicas y emocionales requiere enfoques integradores que favorezcan el bienestar general. En este contexto, se ha consolidado una disciplina que permite trabajar el cuerpo y la mente mediante técnicas específicas orientadas al alivio del dolor, la recuperación funcional y la mejora del equilibrio emocional. Su aplicación resulta especialmente útil en contextos de rehabilitación, manejo del estrés y acompañamiento de procesos crónicos, lo que la convierte en una herramienta relevante dentro del ámbito sanitario contemporáneo.

Desde esta perspectiva, TECH Global University ha diseñado un itinerario académico que ahondará en los pilares esenciales de esta práctica. A lo largo del recorrido se abordarán con detalle la posición anatómica, los ejes y planos del cuerpo humano, así como las asanas y sus respectivas adaptaciones clínicas. A ello se sumará la exploración de distintos estilos de Yoga, permitiendo una comprensión amplia y funcional de cada enfoque según las necesidades de los pacientes. Esta estructura favorecerá una visión precisa tanto de la biomecánica corporal como de la dimensión energética del movimiento consciente.

Gracias a este enfoque especializado, los profesionales que accedan a este programa universitario ampliarán sus recursos terapéuticos con base en fundamentos científicos y métodos adaptativos. Finalmente, la propuesta metodológica de TECH Global University combina lo mejor del entorno digital con una experiencia práctica de excelencia. Primero, se accederá a contenidos avanzados y dinámicos a través de una plataforma completamente online. Posteriormente, se incluirá una fase práctica aplicada en una entidad reconocida del sector. Además, se contará con un Director Invitado Internacional de prestigio quien impartirá *Masterclasses* exclusivas.

Mediante la afiliación de TECH a la **International Association of Yoga Therapists (IAYT)**, el alumno podrá acceder a revistas académicas digitales, una biblioteca de recursos especializados y un perfil profesional en línea. Asimismo, disfrutará de descuentos en conferencias y seguros, además de conexión con otros terapeutas a través del directorio profesional. Las membresías institucionales ofrecen beneficios adicionales que fortalecen la formación y acreditación en terapia de yoga.

Este **Máster Semipresencial en Yoga Terapéutico** contiene el programa universitario más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ♦ Desarrollo de más de 100 casos ejemplificados por especialistas del Yoga Terapéutico
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información imprescindible sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Planes integrales de actuación sistematizada para la aplicación del Yoga Terapéutico en pacientes con patologías musculoesqueléticas, respiratorias, neurológicas y estrés crónico
- ♦ Presentación de talleres prácticos sobre técnicas diagnósticas y terapéuticas centrados en la valoración postural, la aplicación de asanas modificadas y ejercicios de respiración guiada
- ♦ Sistema interactivo de aprendizaje basado en algoritmos para la toma de decisiones que orienta la elección de prácticas de Yoga Terapéutico según la condición física y emocional del paciente
- ♦ Guías de práctica clínica sobre el abordaje de las diferentes patologías desde un enfoque integrador que incorpora el Yoga como herramienta complementaria en la recuperación funcional
- ♦ Con un especial hincapié en la medicina basada en pruebas y las metodologías de la investigación enfocadas en validar científicamente los efectos del Yoga Terapéutico en distintos contextos clínicos



*Completa este itinerario académico mediante las Masterclasses desarrolladas por un Director Invitado Internacional de gran prestigio”*

“

*Accederás a una actualización de conocimientos en un entorno moderno y versátil, donde apreciarás los usos más actuales de las asanas en contextos terapéuticos”*

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a la actualización Profesionales especializados en Yoga Terapéutico que desarrollan su labor en entornos terapéuticos, y que requieren una cualificación avanzada para ofrecer intervenciones personalizadas y efectivas. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico en la práctica terapéutica, y los elementos teórico - prácticos facilitarán la actualización del conocimiento y permitirán la toma de decisiones en el manejo del paciente.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de la Yoga un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará un aprendizaje inmersivo programado para entrenarse ante situaciones reales. El diseño de este programa está basado en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del mismo. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Esta titulación universitaria representa la propuesta académica más actual del mercado y te garantizará una actualización inmediata y rigurosa.*

*Los módulos académicos de este programa están basados en la última evidencia científica sobre las ventajas del Yoga Terapéutico.*



# 02

## ¿Por qué estudiar en TECH?

TECH es la mayor Universidad digital del mundo. Con un impresionante catálogo de más de 14.000 programas universitarios, disponibles en 11 idiomas, se posiciona como líder en empleabilidad, con una tasa de inserción laboral del 99%. Además, cuenta con un enorme claustro de más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional.



“

*Estudia en la mayor universidad digital del mundo y asegura tu éxito profesional. El futuro empieza en TECH”*

### La mejor universidad online del mundo según FORBES

La prestigiosa revista Forbes, especializada en negocios y finanzas, ha destacado a TECH como «la mejor universidad online del mundo». Así lo han hecho constar recientemente en un artículo de su edición digital en el que se hacen eco del caso de éxito de esta institución, «gracias a la oferta académica que ofrece, la selección de su personal docente, y un método de aprendizaje innovador orientado a formar a los profesionales del futuro».

**Forbes**  
Mejor universidad  
online del mundo

**Plan**  
de estudios  
más completo

### Los planes de estudio más completos del panorama universitario

TECH ofrece los planes de estudio más completos del panorama universitario, con temarios que abarcan conceptos fundamentales y, al mismo tiempo, los principales avances científicos en sus áreas científicas específicas. Asimismo, estos programas son actualizados continuamente para garantizar al alumnado la vanguardia académica y las competencias profesionales más demandadas. De esta forma, los títulos de la universidad proporcionan a sus egresados una significativa ventaja para impulsar sus carreras hacia el éxito.

### El mejor claustro docente top internacional

El claustro docente de TECH está integrado por más de 6.000 profesores de máximo prestigio internacional. Catedráticos, investigadores y altos ejecutivos de multinacionales, entre los cuales se destacan Isaiah Covington, entrenador de rendimiento de los Boston Celtics; Magda Romanska, investigadora principal de MetaLAB de Harvard; Ignacio Wistuba, presidente del departamento de patología molecular traslacional del MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, director creativo de la revista TIME, entre otros.

Profesorado  
**TOP**  
Internacional



La metodología  
más eficaz

### Un método de aprendizaje único

TECH es la primera universidad que emplea el *Relearning* en todas sus titulaciones. Se trata de la mejor metodología de aprendizaje online, acreditada con certificaciones internacionales de calidad docente, dispuestas por agencias educativas de prestigio. Además, este disruptivo modelo académico se complementa con el "Método del Caso", configurando así una estrategia de docencia online única. También en ella se implementan recursos didácticos innovadores entre los que destacan vídeos en detalle, infografías y resúmenes interactivos.

### La mayor universidad digital del mundo

TECH es la mayor universidad digital del mundo. Somos la mayor institución educativa, con el mejor y más amplio catálogo educativo digital, cien por cien online y abarcando la gran mayoría de áreas de conocimiento. Ofrecemos el mayor número de titulaciones propias, titulaciones oficiales de posgrado y de grado universitario del mundo. En total, más de 14.000 títulos universitarios, en once idiomas distintos, que nos convierten en la mayor institución educativa del mundo.

**nº1**  
Mundial  
Mayor universidad  
online del mundo

### La universidad online oficial de la NBA

TECH es la universidad online oficial de la NBA. Gracias a un acuerdo con la mayor liga de baloncesto, ofrece a sus alumnos programas universitarios exclusivos, así como una gran variedad de recursos educativos centrados en el negocio de la liga y otras áreas de la industria del deporte. Cada programa tiene un currículo de diseño único y cuenta con oradores invitados de excepción: profesionales con una distinguida trayectoria deportiva que ofrecerán su experiencia en los temas más relevantes.

### Líderes en empleabilidad

TECH ha conseguido convertirse en la universidad líder en empleabilidad. El 99% de sus alumnos obtienen trabajo en el campo académico que ha estudiado, antes de completar un año luego de finalizar cualquiera de los programas de la universidad. Una cifra similar consigue mejorar su carrera profesional de forma inmediata. Todo ello gracias a una metodología de estudio que basa su eficacia en la adquisición de competencias prácticas, totalmente necesarias para el desarrollo profesional.



### Google Partner Premier

El gigante tecnológico norteamericano ha otorgado a TECH la insignia Google Partner Premier. Este galardón, solo al alcance del 3% de las empresas del mundo, pone en valor la experiencia eficaz, flexible y adaptada que esta universidad proporciona al alumno. El reconocimiento no solo acredita el máximo rigor, rendimiento e inversión en las infraestructuras digitales de TECH, sino que también sitúa a esta universidad como una de las compañías tecnológicas más punteras del mundo.



### La universidad mejor valorada por sus alumnos

Los alumnos han posicionado a TECH como la universidad mejor valorada del mundo en los principales portales de opinión, destacando su calificación más alta de 4,9 sobre 5, obtenida a partir de más de 1.000 reseñas. Estos resultados consolidan a TECH como la institución universitaria de referencia a nivel internacional, reflejando la excelencia y el impacto positivo de su modelo educativo.



# 03

## Plan de estudios

Los módulos plasmados en este programa universitario ahondan en conceptos clave del Yoga Terapéutico. Por ejemplo, se profundizará en el sistema fascial, comprendido como una red funcional que influye en la biomecánica y en el equilibrio corporal. Asimismo, se abordarán las adaptaciones del Yoga en los distintos momentos evolutivos, lo que permitirá intervenir con precisión en etapas específicas del desarrollo humano. A esto se sumarán técnicas respiratorias aplicadas al control del dolor, la regulación emocional y el aumento de la capacidad pulmonar. En conjunto, estos contenidos fortalecerán competencias en los profesionales aplicables en contextos clínicos y terapéuticos especializados.



“

*TECH Global University te brindará una metodología diferencial que favorecerá el desarrollo de competencias clave en un ámbito caracterizado por su constante evolución”*

## Módulo 1. Estructura del aparato locomotor

- 1.1. Posición anatómica, ejes y planos
  - 1.1.1. Anatomía y fisiología básica del cuerpo humano
  - 1.1.2. Posición anatómica
  - 1.1.3. Los ejes corporales
  - 1.1.4. Los planos anatómicos
- 1.2. Hueso
  - 1.2.1. Anatomía ósea del cuerpo humano
  - 1.2.2. Estructura y función de los huesos
  - 1.2.3. Diferentes tipos de huesos y su relación con la postura y el movimiento
  - 1.2.4. La relación entre el sistema óseo y el sistema muscular
- 1.3. Articulaciones
  - 1.3.1. Anatomía y fisiología de las articulaciones del cuerpo humano
  - 1.3.2. Diferentes tipos de articulaciones
  - 1.3.3. El papel de las articulaciones en la postura y el movimiento
  - 1.3.4. Las lesiones más comunes en las articulaciones y cómo prevenirlas
- 1.4. Cartílago
  - 1.4.1. Anatomía y fisiología del cartílago del cuerpo humano
  - 1.4.2. Diferentes tipos de cartílago y su función en el cuerpo
  - 1.4.3. El papel del cartílago en la articulación y la movilidad
  - 1.4.4. Las lesiones más comunes en el cartílago y su prevención
- 1.5. Tendones y ligamentos
  - 1.5.1. Anatomía y fisiología de los tendones y ligamentos del cuerpo humano
  - 1.5.2. Diferentes tipos de tendones y ligamentos y su función en el cuerpo
  - 1.5.3. El papel de los tendones y ligamentos en la postura y el movimiento
  - 1.5.4. Las lesiones más comunes en los tendones y ligamentos y cómo prevenirlas
- 1.6. Músculo esquelético
  - 1.6.1. Anatomía y fisiología del sistema musculoesquelético del cuerpo humano
  - 1.6.2. La relación entre los músculos y los huesos en la postura y el movimiento
  - 1.6.3. El papel de la fascia en el sistema musculoesquelético y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.6.4. Las lesiones más comunes en los músculos y cómo prevenirlas
- 1.7. Desarrollo del sistema musculoesquelético
  - 1.7.1. Desarrollo embrionario y fetal del sistema musculoesquelético
  - 1.7.2. Crecimiento y desarrollo del sistema musculoesquelético en la infancia y la adolescencia
  - 1.7.3. Cambios musculoesqueléticos asociados al envejecimiento
  - 1.7.4. Desarrollo y adaptación del sistema musculoesquelético a la actividad física y el entrenamiento
- 1.8. Componentes del sistema musculoesquelético
  - 1.8.1. Anatomía y fisiología de los músculos esqueléticos y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.8.2. El papel de los huesos en el sistema musculoesquelético y su relación con la postura y el movimiento
  - 1.8.3. La función de las articulaciones en el sistema musculoesquelético y cómo cuidarlas durante la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.8.4. El papel de la fascia y otros tejidos conectivos en el sistema musculoesquelético y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
- 1.9. Control nervioso de los músculos esqueléticos
  - 1.9.1. Anatomía y fisiología del sistema nervioso y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.9.2. El papel del sistema nervioso en la contracción muscular y el control del movimiento
  - 1.9.3. La relación entre el sistema nervioso y el sistema musculoesquelético en la postura y el movimiento durante la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.9.4. La importancia del control neuromuscular para la prevención de lesiones y la mejora del rendimiento en la práctica de Yoga Terapéutico
- 1.10. Contracción muscular
  - 1.10.1. Anatomía y fisiología de la contracción muscular y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.10.2. Los diferentes tipos de contracción muscular y su aplicación en la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.10.3. El papel de la activación neuromuscular en la contracción muscular y su relación con la práctica de Yoga Terapéutico
  - 1.10.4. La importancia del estiramiento y el fortalecimiento muscular en la prevención de lesiones y la mejora del rendimiento en la práctica de Yoga Terapéutico

**Módulo 2. Columna vertebral y extremidades**

- 2.1. Sistema muscular
  - 2.1.1. Músculo: unidad funcional
  - 2.1.2. Tipos de músculos
  - 2.1.3. Músculos tónicos y fásicos
  - 2.1.4. Contracción isométrica e isotónica y su relevancia en los estilos del Yoga
- 2.2. Sistema nervioso
  - 2.2.1. Neuronas: unidad funcional
  - 2.2.2. Sistema Nervioso Central: encéfalo y médula espinal
  - 2.2.3. Sistema Nervioso Periférico somático: nervios
  - 2.2.4. Sistema Nervioso Periférico Autónomo: Simpático y Parasimpático
- 2.3. Sistema óseo
  - 2.3.1. Osteocito: unidad funcional
  - 2.3.2. Esqueleto axial y apendicular
  - 2.3.3. Tendones
  - 2.3.4. Ligamentos
- 2.4. Columna vertebral
  - 2.4.1. Evolución de la columna vertebral y funciones
  - 2.4.2. Estructura
  - 2.4.3. Vértebra tipo
  - 2.4.4. Movimientos columna
- 2.5. Región cervical y dorsal
  - 2.5.1. Vértebras cervicales: típicas y atípicas
  - 2.5.2. Vértebras dorsales
  - 2.5.3. Músculos principales de la región cervical
  - 2.5.4. Músculos principales de la región dorsal
- 2.6. Región lumbar
  - 2.6.1. Vértebras lumbares
  - 2.6.2. Sacro
  - 2.6.3. Coxis
  - 2.6.4. Principales músculos

- 2.7. Pelvis
  - 2.7.1. Anatomía: diferencia entre pelvis masculina y femenina
  - 2.7.2. Dos conceptos clave: anteversión y retroversión
  - 2.7.3. Músculos principales
  - 2.7.4. Suelo pélvico
- 2.8. Extremidad superior
  - 2.8.1. Articulación del hombro
  - 2.8.2. Músculos del manguito rotador
  - 2.8.3. Brazo, codo y antebrazo
  - 2.8.4. Músculos principales
- 2.9. Extremidad inferior
  - 2.9.1. Articulación coxofemoral
  - 2.9.2. Rodilla: articulación tibiofemoral y patelofemoral
  - 2.9.3. Ligamentos y meniscos de la rodilla
  - 2.9.4. Músculos principales de la pierna
- 2.10. Diafragma y core
  - 2.10.1. Anatomía del diafragma
  - 2.10.2. Diafragma y respiración
  - 2.10.3. Músculos del "core"
  - 2.10.4. Core y su importancia en Yoga

**Módulo 3. Aplicación de técnicas asanas y su integración**

- 3.1. Asanas
  - 3.1.1. Definición de asanas
  - 3.1.2. Asanas en los Yoga sutras
  - 3.1.3. Propósito más profundo de las Asanas
  - 3.1.4. Asanas y alineación
- 3.2. Principio de acción mínima
  - 3.2.1. Sthira Sukham Asanasm
  - 3.2.2. ¿Cómo aplicar este concepto a la práctica?
  - 3.2.3. Teoría de las gunas
  - 3.2.4. Influencia de las gunas en la práctica

- 3.3. Asanas de pie
  - 3.3.1. La importancia de los asanas de pie
  - 3.3.2. Cómo trabajarlas
  - 3.3.3. Beneficios
  - 3.3.4. Contraindicaciones y consideraciones
- 3.4. Asanas sentados y supinas
  - 3.4.1. Importancia de los asanas sentados
  - 3.4.2. Asanas sentados para la meditación
  - 3.4.3. Asanas supinos: definición
  - 3.4.4. Beneficios de las posturas supinas
- 3.5. Asanas extensión
  - 3.5.1. ¿Por qué son importantes las extensiones?
  - 3.5.2. Como trabajarlas con seguridad
  - 3.5.3. Beneficios
  - 3.5.4. Contraindicaciones
- 3.6. Asanas flexión
  - 3.6.1. Importancia de la flexión de columna
  - 3.6.2. Ejecución
  - 3.6.3. Beneficios
  - 3.6.4. Errores más frecuentes y cómo evitarlos
- 3.7. Asanas rotación: torsiones
  - 3.7.1. Mecánica de la torsión
  - 3.7.2. Cómo realizarlas correctamente
  - 3.7.3. Beneficios fisiológicos
  - 3.7.4. Contraindicaciones
- 3.8. Asanas en inclinación lateral
  - 3.8.1. Importancia
  - 3.8.2. Beneficios
  - 3.8.3. Errores más comunes
  - 3.8.4. Contraindicaciones

- 3.9. Importancia contraposturas
  - 3.9.1. ¿Qué son?
  - 3.9.2. Cuándo realizarlas
  - 3.9.3. Beneficios durante la práctica
  - 3.9.4. Contraposturas más empleadas
- 3.10. Bandhas
  - 3.10.1. Definición
  - 3.10.2. Principales bandhas
  - 3.10.3. Cuándo emplearlos
  - 3.10.4. Bandhas y Yoga Terapéutico

#### Módulo 4. Análisis de las principales asanas de pie

- 4.1. TadAsanas
  - 4.1.1. Importancia
  - 4.1.2. Beneficios
  - 4.1.3. Ejecución
  - 4.1.4. Diferencia con samasthiti
- 4.2. Saludo al sol
  - 4.2.1. Clásicos
  - 4.2.2. Tipo a
  - 4.2.3. Tipo b
  - 4.2.4. Adaptaciones
- 4.3. Asanas pie
  - 4.3.1. UtkatAsanas: postura de la silla
  - 4.3.2. AnjaneyAsanas: low lunge
  - 4.3.3. Virabhadrasanas I: guerrero I
  - 4.3.4. Utkata KonAsanas: postura de la diosa
- 4.4. Asanas de pie flexión columna
  - 4.4.1. Adho mukha
  - 4.4.2. Parsvottanasana
  - 4.4.3. Prasarita PadottanAsanas
  - 4.4.4. UthanAsanas

- 4.5. Asanas de flexión lateral
  - 4.5.1. Utthita trikonAsanas
  - 4.5.2. VirabhadraAsanas II Guerrero II
  - 4.5.3. ParighAsanas
  - 4.5.4. Uthitta ParsvaKonAsanas
- 4.6. Asanas equilibrio
  - 4.6.1. Vkrishana
  - 4.6.2. Utthita hasta padangustAsanas
  - 4.6.3. NatarajAsanas
  - 4.6.4. GarudaAsanas
- 4.7. Extensiones decúbito prono
  - 4.7.1. BhujangAsanas
  - 4.7.2. Urdhva Mukha SvanAsanas
  - 4.7.3. Saral BhujangAsanas: esfinge
  - 4.7.4. ShalabhaAsanas
- 4.8. Extensiones
  - 4.8.1. UstrAsanas
  - 4.8.2. DhanurAsanas
  - 4.8.3. Urdhva DhanurAsanas
  - 4.8.4. Setu Bandha SarvangAsanas
- 4.9. Torsiones
  - 4.9.1. Paravritta ParsvakonAsanas
  - 4.9.2. Paravritta trikonAsanas
  - 4.9.3. Paravritta Parsvottanasana
  - 4.9.4. Paravritta UtkatAsanas
- 4.10. Caderas
  - 4.10.1. MalAsanas
  - 4.10.2. Badha KonAsanas
  - 4.10.3. Upavista KonAsanas
  - 4.10.4. GomukhaAsanas

## Módulo 5. Desglose de las principales asanas de suelo y adaptaciones con soportes

- 5.1. Asanas principales en suelo
  - 5.1.1. MarjaryAsanas - BitilAsanas
  - 5.1.2. Beneficios
  - 5.1.3. Variantes
  - 5.1.4. DandAsanas
- 5.2. Flexiones supinas
  - 5.2.1. PaschimottanAsanas
  - 5.2.2. Janu sirsAsanas
  - 5.2.3. Trianga Mukhaikapada PaschimottanAsanas
  - 5.2.4. KurmaAsanas
- 5.3. Torsiones e inclinaciones laterales
  - 5.3.1. Ardha MatsyendraAsanas
  - 5.3.2. VakraAsanas
  - 5.3.3. BharadvajAsanas
  - 5.3.4. Parivrita janu sirsAsanas
- 5.4. Asanas de cierre
  - 5.4.1. BalAsanas
  - 5.4.2. Supta Badha KonAsanas
  - 5.4.3. Ananda BalAsanas
  - 5.4.4. Jathara ParivartanAsanas A y B
- 5.5. Invertidas
  - 5.5.1. Beneficios
  - 5.5.2. Contraindicaciones
  - 5.5.3. Viparita Karani
  - 5.5.4. SarvangAsanas
- 5.6. Bloques
  - 5.6.1. ¿Qué son y cómo usarlos?
  - 5.6.2. Variantes de asanas de pie
  - 5.6.3. Variantes de asanas sentados y supinas
  - 5.6.4. Variantes asanas cierre y restaurativas

- 5.7. Cinturón
  - 5.7.1. ¿Qué son y cómo usarlos?
  - 5.7.2. Variantes de Asanas de pie
  - 5.7.3. Variantes de Asanas sentados y supinas
  - 5.7.4. Variantes Asanas cierre y restaurativas
- 5.8. Asanas en silla
  - 5.8.1. ¿Qué es?
  - 5.8.2. Beneficios
  - 5.8.3. Saludos al sol en silla
  - 5.8.4. TadAsanas en silla
- 5.9. Yoga en silla
  - 5.9.1. Flexiones
  - 5.9.2. Extensiones
  - 5.9.3. Torsiones e inclinaciones
  - 5.9.4. Invertidas
- 5.10. Asanas restaurativas
  - 5.10.1. Cuándo emplearlo
  - 5.10.2. Flexiones sentadas y hacia delante
  - 5.10.3. Flexiones de espalda
  - 5.10.4. Invertidas y supinas

## Módulo 6. Patologías más habituales

- 6.1. Patologías columna
  - 6.1.1. Protusiones
  - 6.1.2. Hernias
  - 6.1.3. Hiperlordosis
  - 6.1.4. Rectificaciones
- 6.2. Enfermedades degenerativas
  - 6.2.1. Artrosis
  - 6.2.2. Distrofia muscular
  - 6.2.3. Osteoporosis
  - 6.2.4. Espondilosis

- 6.3. Lumbago y ciática
  - 6.3.1. Lumbalgia
  - 6.3.2. Ciática
  - 6.3.3. Síndrome piramidal
  - 6.3.4. Trocanteritis
- 6.4. Escoliosis
  - 6.4.1. Entendiendo la escoliosis
  - 6.4.2. Tipos
  - 6.4.3. Lo que debemos hacer
  - 6.4.4. Cosas a evitar
- 6.5. Desalineación rodillas
  - 6.5.1. Genu vago
  - 6.5.2. Genu varo
  - 6.5.3. Genu flexo
  - 6.5.4. Genu recurvatum
- 6.6. Hombros y codos
  - 6.6.1. Bursitis
  - 6.6.2. Síndrome subacromial
  - 6.6.3. Epicondilitis
  - 6.6.4. Epitrocleititis
- 6.7. Rodillas
  - 6.7.1. Dolor patelofemoral
  - 6.7.2. Condropatía
  - 6.7.3. Lesiones meniscos
  - 6.7.4. Tendinitis pata ganso
- 6.8. Muñecas y tobillos
  - 6.8.1. Túnel carpiano
  - 6.8.2. Esguinces
  - 6.8.3. Juanetes
  - 6.8.4. Pie plano y cavo



- 6.9. Bases posturales
  - 6.9.1. Distintos planos
  - 6.9.2. Técnica plomada
  - 6.9.3. Síndrome cruzado superior
  - 6.9.4. Síndrome cruzado inferior
- 6.10. Enfermedades autoinmunes
  - 6.10.1. Definición
  - 6.10.2. Lupus
  - 6.10.3. Enfermedad de Chron
  - 6.10.4. Artritis

## Módulo 7. Sistema fascial

- 7.1. Fascia
  - 7.1.1. Historia
  - 7.1.2. Fascia vs. Aponeurosis
  - 7.1.3. Tipos
  - 7.1.4. Funciones
- 7.2. Tipos de mecanorreceptores y su importancia en los distintos estilos de Yoga
  - 7.2.1. Importancia
  - 7.2.2. Golgi
  - 7.2.3. Paccini
  - 7.2.4. Ruffini
- 7.3. Cadenas Miofasciales
  - 7.3.1. Definición
  - 7.3.2. Importancia en el Yoga
  - 7.3.3. Concepto de tensegridad
  - 7.3.4. Los tres diafragmas
- 7.4. LPS: Línea posterior superficial
  - 7.4.1. Definición
  - 7.4.2. Vías anatómicas
  - 7.4.3. Posturas pasivas
  - 7.4.4. Posturas activas

- 7.5. LAS: línea anterior superficial
  - 7.5.1. Definición
  - 7.5.2. Vías anatómicas
  - 7.5.3. Posturas pasivas
  - 7.5.4. Posturas activas
- 7.6. LL: línea lateral
  - 7.6.1. Definición
  - 7.6.2. Vías anatómicas
  - 7.6.3. Posturas pasivas
  - 7.6.4. Posturas activas
- 7.7. LE: línea espiral
  - 7.7.1. Definición
  - 7.7.2. Vías anatómicas
  - 7.7.3. Posturas pasivas
  - 7.7.4. Posturas activas
- 7.8. Líneas funcionales
  - 7.8.1. Definición
  - 7.8.2. Vías anatómicas
  - 7.8.3. Posturas pasivas
  - 7.8.4. Posturas activas
- 7.9. Líneas brazos
  - 7.9.1. Definición
  - 7.9.2. Vías anatómicas
  - 7.9.3. Posturas pasivas
  - 7.9.4. Posturas activas
- 7.10. Principales desequilibrios
  - 7.10.1. Patrón ideal
  - 7.10.2. Grupo de flexión y extensión
  - 7.10.3. Grupo de apertura y cierre
  - 7.10.4. Patrón inspiratorio y espiratorio

## Módulo 8. Yoga en los diferentes momentos evolutivos

- 8.1. Infancia
  - 8.1.1. ¿Por qué es importante?
  - 8.1.2. Beneficios
  - 8.1.3. Cómo es una clase
  - 8.1.4. Ejemplo de saludo al sol adaptado
- 8.2. Mujer y ciclo menstrual
  - 8.2.1. Fase menstrual
  - 8.2.2. Fase folicular
  - 8.2.3. Fase ovulatoria
  - 8.2.4. Fase lútea
- 8.3. Yoga y ciclo menstrual
  - 8.3.1. Secuencia fase folicular
  - 8.3.2. Secuencia fase ovulatoria
  - 8.3.3. Secuencia fase lútea
  - 8.3.4. Secuencia durante la menstruación
- 8.4. Menopausia
  - 8.4.1. Consideraciones generales
  - 8.4.2. Cambios físicos y hormonales
  - 8.4.3. Beneficios de la practica
  - 8.4.4. Asanas recomendadas
- 8.5. Embarazo
  - 8.5.1. Por que practicarlo
  - 8.5.2. Asanas primer trimestre
  - 8.5.3. Asanas segundo trimestre
  - 8.5.4. Asanas tercer trimestre
- 8.6. Posparto
  - 8.6.1. Beneficios físicos
  - 8.6.2. Beneficios mentales
  - 8.6.3. Recomendaciones generales
  - 8.6.4. Práctica con el bebé

- 8.7. Tercera edad
  - 8.7.1. Principales patologías que nos vamos a encontrar
  - 8.7.2. Beneficios
  - 8.7.3. Consideraciones generales
  - 8.7.4. Contraindicaciones
- 8.8. Discapacidad física
  - 8.8.1. Daños cerebrales
  - 8.8.2. Daños en la médula
  - 8.8.3. Daños musculares
  - 8.8.4. Cómo diseñar una clase
- 8.9. Discapacidad sensorial
  - 8.9.1. Auditiva
  - 8.9.2. Visual
  - 8.9.3. Sensorial
  - 8.9.4. Cómo diseñar una secuencia
- 8.10. Consideraciones generales de las discapacidades más frecuentes que nos vamos a encontrar
  - 8.10.1. Síndrome de Down
  - 8.10.2. Autismo
  - 8.10.3. Parálisis cerebral
  - 8.10.4. Trastorno del desarrollo intelectual

## Módulo 9. Técnicas respiratorias

- 9.1. Pranayama
  - 9.1.1. Definición
  - 9.1.2. Origen
  - 9.1.3. Beneficios
  - 9.1.4. Concepto de prana
- 9.2. Tipos de respiración
  - 9.2.1. Abdominal
  - 9.2.2. Torácica
  - 9.2.3. Clavicular
  - 9.2.4. Respiración yóguica completa

- 9.3. Purificación de los conductos de energía pránica o nadis
  - 9.3.1. ¿Qué son los nadis?
  - 9.3.2. Sushuma
  - 9.3.3. Ida
  - 9.3.4. Pindala
- 9.4. Inspiración: puraka
  - 9.4.1. Inspiración abdominal
  - 9.4.2. Inspiración diafragmática /costal
  - 9.4.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 9.4.4. Relación con los bandhas
- 9.5. Espiración rechaka
  - 9.5.1. Espiración abdominal
  - 9.5.2. Espiración diafragmática /costal
  - 9.5.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 9.5.4. Relación con los bandhas
- 9.6. Retenciones: kumbakha
  - 9.6.1. Anthara Kumbhaka
  - 9.6.2. Bahya kumbhaka
  - 9.6.3. Consideraciones generales y contraindicaciones
  - 9.6.4. Relación con los bandhas
- 9.7. Pranayamas purificantes
  - 9.7.1. Douti
  - 9.7.2. Anunasika
  - 9.7.3. Nadi Shodana
  - 9.7.4. Bhramari
- 9.8. Pranayamas estimulantes y refrescantes
  - 9.8.1. Kapalabhati
  - 9.8.2. Bastrika
  - 9.8.3. Ujjayi,
  - 9.8.4. Shitali

- 9.9. Pranayamas regenerativos
  - 9.9.1. Surya bheda
  - 9.9.2. Kumbaka
  - 9.9.3. Samavritti
  - 9.9.4. Mridanga
- 9.10. Mudras
  - 9.10.1. ¿Qué son?
  - 9.10.2. Beneficios y cuándo incorporarlos
  - 9.10.3. Significado de cada dedo
  - 9.10.4. Principales mudras que se emplean en una práctica

## Módulo 10. Técnicas meditativas y de relajación

- 10.1. Mantras
  - 10.1.1. ¿Qué son?
  - 10.1.2. Beneficios
  - 10.1.3. Mantras de apertura
  - 10.1.4. Mantras de cierre
- 10.2. Aspectos internos del Yoga
  - 10.2.1. Pratyahara
  - 10.2.2. Dharana
  - 10.2.3. Dhyana
  - 10.2.4. Samadhi
- 10.3. Meditación
  - 10.3.1. Definición
  - 10.3.2. Postura
  - 10.3.3. Beneficios
  - 10.3.4. Contraindicaciones
- 10.4. Ondas cerebrales
  - 10.4.1. Definición
  - 10.4.2. Clasificación
  - 10.4.3. Del sueño a la vigilia
  - 10.4.4. Durante la meditación





- 10.5. Tipos de meditación
  - 10.5.1. Espiritual
  - 10.5.2. Visualización
  - 10.5.3. Budista
  - 10.5.4. Movimiento
- 10.6. Técnicas de meditación 1
  - 10.6.1. Meditación para conseguir tu anhelo
  - 10.6.2. Meditación del corazón
  - 10.6.3. Meditación Kokyuhoo
  - 10.6.4. Meditación sonrisa interna
- 10.7. Técnicas de meditación 2
  - 10.7.1. Meditación limpieza chakras
  - 10.7.2. Meditación amabilidad amoros
  - 10.7.3. Meditación regalos del presente
  - 10.7.4. Meditación en silencio
- 10.8. Mindfulness
  - 10.8.1. Definición
  - 10.8.2. ¿En qué consiste?
  - 10.8.3. Cómo aplicarlo
  - 10.8.4. Técnicas
- 10.9. Relajación/ savAsanas
  - 10.9.1. Postura de cierre de las clases
  - 10.9.2. Cómo hacerla y ajustes
  - 10.9.3. Beneficios
  - 10.9.4. Cómo guiar una relajación
- 10.10. Yoga nidra
  - 10.10.1. ¿Qué es yoga nidra?
  - 10.10.2. ¿Cómo es una sesión?
  - 10.10.3. Fases
  - 10.10.4. Ejemplo de sesión

# 04

## Objetivos docentes

Esta titulación universitaria se orienta al desarrollo de habilidades aplicables al abordaje integral del bienestar físico y mental mediante el Yoga Terapéutico. A través de contenidos avanzados, se facilitará el dominio de técnicas de meditación en silencio, estrategias de relajación profunda y prácticas meditativas guiadas. Además, se promoverá una comprensión funcional del cuerpo desde la quietud y la observación consciente, elementos fundamentales en procesos de recuperación emocional y regulación del sistema nervioso. Gracias a un enfoque estructurado y progresivo, se favorecerá la adquisición de herramientas útiles para intervenir de manera efectiva en contextos terapéuticos.





“

*Ponte al día sobre las aplicaciones más novedosas del Mindfulness y sus ventajas para reducir el estrés en niños y adultos mediante este programa de TECH”*



## Objetivo general

- Este Máster Semipresencial tiene como meta principal proporcionar a los profesionales habilidades esenciales para aplicar el Yoga Terapéutico. Entre ellas, destaca la capacidad de emplear la inspiración diafragmática como recurso para modular la respuesta autonómica y mejorar la función respiratoria. Asimismo, se fortalecerá la destreza para diseñar secuencias específicas, adaptadas a distintas necesidades. A esto se sumará la comprensión funcional de los mecanorreceptores, lo que permitirá al alumnado ajustar la práctica según el estilo de Yoga utilizado y la sensibilidad propioceptiva del individuo. En conjunto, estas competencias consolidarán una intervención terapéutica más eficaz y personalizada



*Harás parte de una propuesta con metodología online y enfoque práctico, basada en conocimientos transmitidos por expertos”*





## Objetivos específicos

---

### Módulo 1. Estructura del aparato locomotor

- ♦ Ahondar en la anatomía y fisiología del sistema óseo, muscular y articular del cuerpo humano
- ♦ Identificar las diferentes estructuras y funciones del aparato locomotor y cómo se interrelacionan entre sí
- ♦ Explorar las diferentes posturas y movimientos del cuerpo humano, y comprender cómo afectan a la estructura del aparato locomotor
- ♦ Profundizar en las lesiones comunes del sistema musculoesquelético y cómo prevenirlas

### Módulo 2. Columna vertebral y extremidades

- ♦ Describir el sistema muscular, nervioso y óseo
- ♦ Ahondar en la anatomía y funciones de la columna vertebral
- ♦ Profundizar en la fisiología de la cadera
- ♦ Describir la morfología de extremidad superior e inferior

### Módulo 3. Aplicación de técnicas asanas y su integración

- ♦ Ahondar en el aporte filosófico y fisiológico de los diferentes Asanas
- ♦ Identificar los principios de acción mínima: sthira, sukham y asanasm
- ♦ Describir los beneficios y contraindicaciones de Asanas en extensión
- ♦ Señalar los beneficios y contraindicaciones Asanas en rotación e inclinación lateral

#### Módulo 4. Análisis de las principales asanas de pie

- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de TadAsanas y su importancia como postura base para otros asanas de pie
- ♦ Identificar las diferentes variantes de saludos al sol y sus modificaciones, y cómo afectan a la biomecánica de los asanas de pie
- ♦ Señalar los principales asanas de pie, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Actualizar conocimientos sobre los fundamentos biomecánicos de los principales asanas de flexión de columna y flexión lateral, y cómo realizarlos de manera segura y efectiva

#### Módulo 5. Desglose de las principales asanas de suelo y adaptaciones con soportes

- ♦ Identificar los principales asanas de suelo, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de los asanas de cierre y cómo realizarlos de manera segura y efectiva

#### Módulo 6. Patologías más habituales

- ♦ Identificar las patologías más habituales de columna y cómo adaptar la práctica de Yoga para evitar lesiones
- ♦ Reconocer las lesiones de rodilla y cómo adaptar la práctica de Yoga para prevenirlas y mejorar la recuperación



### **Módulo 7. Sistema fascial**

- ♦ Profundizar en la historia y concepto de la fascia, y su importancia en la práctica de Yoga
- ♦ Ahondar en los diferentes tipos de mecanorreceptores en la fascia y cómo aplicarlos en los diferentes estilos de Yoga
- ♦ Señalar la necesidad de aplicar el término fascia en las clases de Yoga para una práctica más efectiva y consciente
- ♦ Explorar el origen y desarrollo del término tensegridad, y su aplicación en la práctica de Yoga

### **Módulo 8. Yoga en los diferentes momentos evolutivos**

- ♦ Ahondar en las diferentes necesidades del cuerpo y de la práctica de Yoga en distintos momentos de la vida, como la infancia, la edad adulta y la tercera edad
- ♦ Indagar en cómo la práctica de Yoga puede ayudar a las mujeres durante el ciclo menstrual y la menopausia
- ♦ Identificar la adecuación de la práctica de Yoga para personas con necesidades especiales físicas y/o sensoriales, y cómo adaptar la práctica para satisfacer sus necesidades
- ♦ Identificar y aplicar las mejores prácticas para garantizar la seguridad y el bienestar durante la práctica de Yoga en diferentes momentos evolutivos

### **Módulo 9. Fisiología de las técnicas respiratorias**

- ♦ Describir la fisiología del sistema respiratorio y cómo se relaciona con la práctica de pranayama
- ♦ Identificar los diferentes componentes de la respiración, como la inspiración, la espiración y las retenciones, y cómo cada uno de ellos afecta la fisiología del cuerpo
- ♦ Profundizar en los conceptos de los canales energéticos o nadis, y cómo se relacionan con la fisiología de la respiración y la práctica de pranayama
- ♦ Describir los diferentes tipos de pranayamas y cómo afectan la fisiología del cuerpo y la mente

### **Módulo 10. Bases neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de relajación**

- ♦ Describir las bases Neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de Relajación en la práctica de Yoga
- ♦ Identificar los aspectos internos de la filosofía del Yoga, incluyendo pratyahara, dharana, dhyana y samadhi, y cómo se relacionan con la meditación
- ♦ Indagar sobre los diferentes tipos de ondas cerebrales y cómo ocurren en el cerebro durante la meditación
- ♦ Identificar los diferentes tipos de meditación y las técnicas de meditación guiada y cómo se aplican en la práctica de Yoga

# 05 Prácticas

Una vez finalizado el periodo online, el profesional continuará su proceso académico en una entidad de referencia, donde tendrá la oportunidad de enriquecer sus conocimientos mediante la aplicación práctica en un entorno especializado. Esta etapa contará con el acompañamiento de un tutor, quien orientará cada actividad con base en criterios clínicos y terapéuticos, asegurando una integración coherente entre los contenidos teóricos y la experiencia directa.



“

*Potenciarás tu desempeño profesional a través de una estancia práctica de 3 semanas, enfocada en la aplicación de las técnicas más efectivas del Yoga Terapéutico”*

El período de capacitación práctica de este programa universitario en Yoga Terapéutico está compuesto por una estancia intensiva de 3 semanas en una prestigiosa entidad especializada, con jornadas de lunes a viernes de 8 horas consecutivas, siempre acompañados por un tutor experto. Esta experiencia permitirá a los egresados aplicar a un entorno clínico real, junto a un equipo de profesionales de referencia en el campo del Yoga Terapéutico. Así, los egresados aplicarán las técnicas más innovadoras para tratar y promover la salud física y emocional de los pacientes.

En esta propuesta de capacitación, de carácter completamente práctica, las actividades están enfocadas en el desarrollo y perfeccionamiento de las competencias necesarias para aplicar Yoga Terapéutico en diversos contextos clínicos, los cuales requieren un alto nivel de cualificación. Las prácticas estarán orientadas a capacitar al alumnado para intervenir de manera efectiva en entornos terapéuticos, mejorando la calidad de vida de los pacientes.

De este modo, el programa universitario se presenta como una oportunidad única para que los profesionales se especialicen en un entorno tecnológicamente avanzado. Además, tendrán la oportunidad de integrar los procedimientos del Yoga Terapéutico en escenarios reales, en instalaciones equipadas con los recursos más avanzados, lo que les permitirá perfeccionar y optimizar sus competencias en un contexto práctico y dinámico.

La parte práctica se realizará con la participación activa del estudiante desempeñando las actividades y procedimientos de cada área de competencia (aprender a aprender y aprender a hacer), con el acompañamiento y guía de los profesores y demás compañeros de entrenamiento que faciliten el trabajo en equipo y la integración multidisciplinar como competencias transversales para la praxis terapéutica (aprender a ser y aprender a relacionarse).

Los procedimientos descritos a continuación serán la base de la parte práctica de la capacitación, y su realización estará sujeta a la disponibilidad propia del centro y su volumen de trabajo, siendo las actividades propuestas las siguientes:



*Colaborarás con reconocidos expertos en una entidad de prestigio, equipada con los recursos más avanzados”*



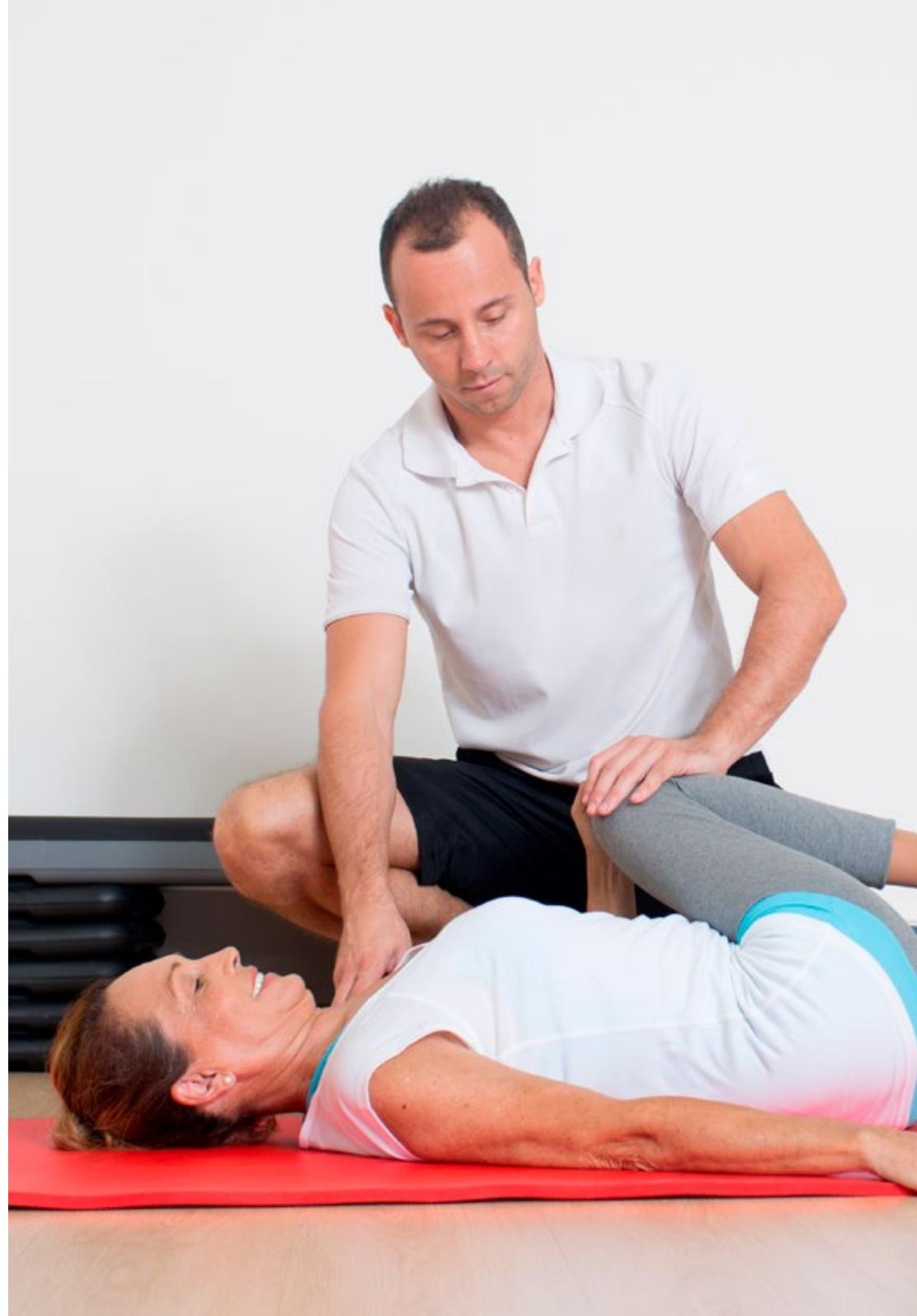
Módulo	Actividad Práctica
<b>Implementación de posturas de Yoga y su integración</b>	Practicar asanas de pie, enfocándose en la alineación y estabilidad
	Realizar asanas de flexión de columna, prestando atención a la correcta ejecución
	Ejecutar asanas de torsión, observando la mecánica de la postura
	Integrar bandhas en la práctica, aplicándolos durante las posturas clave
<b>Práctica de asanas de suelo con adaptaciones de soporte para facilitar la postura</b>	Practicar MarjaryAsanas y BitilAsanas con soporte de bloques para una mayor alineación
	Ejecutar asanas de flexión supina, como PaschimottanAsanas, utilizando cinturones para mayor profundidad
	Realizar torsiones como Ardha MatsyendrAsanas adaptadas con el uso de una silla
	Integrar asanas restaurativas, como flexiones sentadas y hacia delante, con soporte adecuado para la relajación
<b>Desarrollo de intervenciones terapéuticas para las afecciones más prevalentes</b>	Aplicar técnicas de Yoga terapéutico para aliviar patologías de la columna
	Implementar prácticas restaurativas para el tratamiento de enfermedades degenerativas
	Desarrollar secuencias específicas para el manejo de lumbago y ciática
	Realizar intervenciones terapéuticas para mejorar la alineación de rodillas y hombros
<b>Aplicación de ejercicios de respiración para mejorar la función respiratoria</b>	Realizar técnicas de pranayama para equilibrar la energía vital
	Ejercitar la respiración abdominal y torácica para aumentar la capacidad pulmonar
	Ejecutar pranayamas purificantes, como Nadi Shodana, para mejorar el flujo de energía
	Explorar diferentes mudras para profundizar en la conexión mente - cuerpo durante la práctica

## Seguro de responsabilidad civil

La máxima preocupación de la universidad es garantizar la seguridad tanto de los profesionales en prácticas como de los demás agentes colaboradores necesarios en los procesos de capacitación práctica en la empresa. Dentro de las medidas dedicadas a lograrlo, se encuentra la respuesta ante cualquier incidente que pudiera ocurrir durante todo el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Para ello, la universidad se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas. Para ello, la universidad se compromete a contratar un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas.

Esta póliza de responsabilidad civil de los profesionales en prácticas tendrá coberturas amplias y quedará suscrita de forma previa al inicio del periodo de la capacitación práctica. De esta forma el profesional no tendrá que preocuparse en caso de tener que afrontar una situación inesperada y estará cubierto hasta que termine el programa práctico en el centro.



## Condiciones generales de la capacitación práctica

Las condiciones generales del acuerdo de prácticas para el programa serán las siguientes:

**1. TUTORÍA:** durante el Máster Semipresencial el alumno tendrá asignados dos tutores que le acompañarán durante todo el proceso, resolviendo las dudas y cuestiones que pudieran surgir. Por un lado, habrá un tutor profesional perteneciente al centro de prácticas que tendrá como fin orientar y apoyar al alumno en todo momento. Por otro lado, también tendrá asignado un tutor académico, cuya misión será la de coordinar y ayudar al alumno durante todo el proceso resolviendo dudas y facilitando todo aquello que pudiera necesitar. De este modo, el profesional estará acompañado en todo momento y podrá consultar las dudas que le surjan, tanto de índole práctica como académica.

**2. DURACIÓN:** el programa de prácticas tendrá una duración de tres semanas continuadas de formación práctica, distribuidas en jornadas de 8 horas y cinco días a la semana. Los días de asistencia y el horario serán responsabilidad del centro, informando al profesional debidamente y de forma previa, con suficiente tiempo de antelación para favorecer su organización.

**3. INASISTENCIA:** en caso de no presentarse el día del inicio del Máster Semipresencial, el alumno perderá el derecho a la misma sin posibilidad de reembolso o cambio de fechas. La ausencia durante más de dos días a las prácticas sin causa justificada/ médica, supondrá la renuncia de las prácticas y, por tanto, su finalización automática. Cualquier problema que aparezca durante el transcurso de la estancia se tendrá que informar debidamente y de forma urgente al tutor académico.

**4. CERTIFICACIÓN:** el alumno que supere el Máster Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

**5. RELACIÓN LABORAL:** el Máster Semipresencial no constituirá una relación laboral de ningún tipo.

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización del Máster Semipresencial. En estos casos, será necesario presentarlo al departamento de prácticas de TECH para que se pueda confirmar la asignación del centro elegido.

**7. NO INCLUYE:** el Máster Semipresencial no incluirá ningún elemento no descrito en las presentes condiciones. Por tanto, no incluye alojamiento, transporte hasta la ciudad donde se realicen las prácticas, visados o cualquier otra prestación no descrita.

No obstante, el alumno podrá consultar con su tutor académico cualquier duda o recomendación al respecto. Este le brindará toda la información que fuera necesaria para facilitarle los trámites.

# 06

## Centros de prácticas

TECH Global University ofrecerá al alumnado la oportunidad de especializarse en un centro de prestigio, donde podrá poner en práctica sus conocimientos adquiridos en Yoga Terapéutico. Gracias a una red de instituciones asociadas a nivel nacional, el profesional podrá realizar actividades prácticas en diversos entornos, lo que le permitirá aplicar las técnicas terapéuticas aprendidas en contextos reales. Esta experiencia, respaldada por la calidad y el reconocimiento de las instituciones colaboradoras, le permitirá perfeccionar sus habilidades y ampliar su enfoque en el ámbito del Yoga Terapéutico, preparando al alumnado para abordar una amplia variedad de situaciones y necesidades.



A city skyline at sunset, with skyscrapers illuminated and a colorful sky transitioning from orange to blue. The image is split diagonally by a white line.

“

*Realizarás tus prácticas en una institución de prestigio, que te permitirá adquirir competencias avanzadas para aumentar la excelencia de tu praxis profesional”*



El alumno podrá cursar la parte práctica de este Máster Semipresencial en los siguientes centros:



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Sagrada Familia

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: C/ de Provenza, 408, 08025 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Iradier

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: C/ de les Escoles Pies, 105, 08017 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Balmes

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: C/ de Balmes, 215, 08006 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Las Arenas

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: Gran Vía de les Corts Catalanes, 373, 385, 08015 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Galileo

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: C/ de Galileu, 186, 08028 Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Badalona

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: C. de Sant Miquel, 16, 08911 Badalona, Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Gran Vía

País	Ciudad
España	Barcelona

Dirección: Avinguda de la Granvia de l'Hospitalet, 142, 08907 L'Hospitalet de Llobregat, Barcelona

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Abascal

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: Calle de José Abascal, 46, 28003 Madrid

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Eurobuilding

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: Hotel NH Collection Madrid Eurobuilding, Planta Superior Hotel NH Collection Eurobuilding, 28036, C. del Padre Damián, 23, 28036 Madrid

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar de España

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Isozaki

País	Ciudad
España	Vizcaya

Dirección: Paseo Uribitarte, 4, Ext, 48001 Bilbao, Vizcaya

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Begoña

País	Ciudad
España	Vizcaya

Dirección: Masustegi Kalea, 25, 48006 Bilbao, Vizcaya

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Romareda

País	Ciudad
España	Zaragoza

Dirección: C/ de Gonzalo Calamita, s/n, 50009 Zaragoza

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Paraíso

País	Ciudad
España	Zaragoza

Dirección: Residencial Paraíso, 10,  
50008 Zaragoza

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte,  
Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Sevilla

País	Ciudad
España	Sevilla

Dirección: Av. Eduardo Dato, 49, 41018 Sevilla

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte,  
Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Gijón

País	Ciudad
España	Asturias

Dirección: Estadio El Molinón Enrique  
Castro - Quini, Puerta 8, 33201 Gijón, Asturias

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte,  
Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Vigo

País	Ciudad
España	Pontevedra

Dirección: Rúa Cánovas del Castillo, 1,  
36202 Vigo, Pontevedra

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte,  
Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio





Ciencias del deporte

### Club Metropolitan La Solana

País Ciudad  
España La Coruña

Dirección: P.º Marítimo Alcalde Francisco Vázquez, 21, 15001 A Coruña

La mayor cadena nacional de Centros de Deporte, Salud y Bienestar

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Klinik PM

País Ciudad  
España Alicante

Dirección: Calle Montesinos 7, Alicante 03016

La mayor clínica de referencia en tratamiento del dolor y traumatología conservadora

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Diagnóstico en Fisioterapia
- Fisioterapia Deportiva



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Plenilunio

País Ciudad  
España Madrid

Dirección: C. de Aracne, s / n, San Blas-Canillejas, 28022 Madrid, España

Club que combina las últimas novedades y tendencias de fitness, belleza, SPA, medicina deportiva y nutrición

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Ourense

País Ciudad  
España Ourense

Dirección: Rúa do Progreso, 85, 32003 Ourense, España

Club que combina las últimas novedades y tendencias de fitness, belleza, SPA, medicina deportiva y nutrición

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan San Sebastián

País Ciudad  
España Gipuzkoa

Dirección: Pio Baroja, 15, 20008 Donostia-San Sebastian, Gipuzkoa

Club que combina las últimas novedades y tendencias de fitness, belleza, SPA, medicina deportiva y nutrición

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio



Ciencias del deporte

### Club Metropolitan Sant Just

País Ciudad  
España Barcelona

Dirección: Carrer de Frederic Mompou, 1, 08960 Sant Just Desvern, Barcelona

Club que combina las últimas novedades y tendencias de fitness, belleza, SPA, medicina deportiva y nutrición

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**

- Entrenamiento Personal Terapéutico
- Monitor de Gimnasio

07

# Salidas profesionales

Este programa universitario abre diversas oportunidades profesionales en el ámbito de la salud y el bienestar, permitiendo aplicar el Yoga Terapéutico en una amplia variedad de contextos. Al finalizar, el egresado podrá desempeñarse en centros de rehabilitación, clínicas de salud, instituciones de cuidado integral, o incluso en empresas de bienestar corporativo, promoviendo el equilibrio físico y emocional de las personas. De hecho, su capacidad para trabajar en diferentes entornos, como centros de terapia o gimnasios, será clave para fomentar una salud sostenible y mejorar la calidad de vida de diversos públicos.



“

*Impulsarás tu carrera aplicando técnicas de Yoga Terapéutico en diversos entornos de rehabilitación, contribuyendo al bienestar integral”*

### Perfil del egresado

El egresado contará con la capacidad de diseñar e implementar protocolos terapéuticos adaptados a las necesidades individuales. A lo largo de su especialización, adquirirá conocimientos avanzados sobre anatomía y fisiología, lo que le permitirá identificar de manera precisa las condiciones físicas que requieren intervención terapéutica. Además, desarrollará una comprensión profunda de las técnicas de relajación y respiración, optimizando su aplicación en el bienestar integral. Como resultado, será capaz de evaluar el impacto de sus prácticas terapéuticas, promoviendo resultados sostenibles en el bienestar físico y mental de las personas.

*Identificarás condiciones físicas que requieren intervención terapéutica, desarrollando habilidades para abordar cada caso de manera efectiva.*

- ♦ **Análisis crítico:** evaluar con precisión las condiciones físicas que requieren intervención terapéutica, identificando patrones y tomando decisiones fundamentadas en cada situación
- ♦ **Comunicación efectiva:** transmitir de forma clara y precisa las recomendaciones terapéuticas, mejorando la comprensión en entornos de trabajo colaborativo
- ♦ **Toma de decisiones:** seleccionar la intervención más adecuada al evaluar condiciones físicas, considerando tanto la teoría como las aplicaciones prácticas
- ♦ **Adaptabilidad:** aplicar intervenciones terapéuticas personalizadas que respondan a las necesidades y características específicas



Después de realizar el programa universitario, podrás desempeñar tus conocimientos y habilidades en los siguientes cargos:

- 1. Fisioterapeuta especializado en rehabilitación física:** gestor en el tratamiento y recuperación de las funciones motrices mediante técnicas terapéuticas personalizadas.  
**Responsabilidad:** Evaluar el estado físico de los pacientes, diseñar y aplicar programas de tratamiento individualizados para la recuperación de funciones motoras y movilidad.
- 2. Terapeuta ocupacional:** dedicado a ayudar a los individuos a recuperar habilidades necesarias para realizar actividades cotidianas, mejorando su autonomía.  
**Responsabilidad:** Evaluar y tratar las habilidades físicas, cognitivas y emocionales de las personas para que puedan llevar a cabo las actividades de la vida diaria de manera independiente.
- 3. Entrenador personal especializado en rehabilitación:** encargado de diseñar programas de entrenamiento adaptados a las necesidades y limitaciones de cada persona para favorecer su rehabilitación física.  
**Responsabilidad:** Diseñar programas de ejercicios personalizados para personas que se recuperan de lesiones o intervenciones quirúrgicas.
- 4. Técnico en medicina deportiva:** responsable de brindar atención a la salud física de deportistas, evaluando y diseñando planes terapéuticos adecuados para su recuperación.  
**Responsabilidad:** Asistir en el diagnóstico, tratamiento y prevención de lesiones relacionadas con la actividad física y el deporte.
- 5. Coordinador de programas de rehabilitación física:** gestor de equipos y programas de rehabilitación, asegurando intervenciones terapéuticas eficientes y personalizadas.  
**Responsabilidad:** Supervisar, organizar y optimizar los programas de rehabilitación para pacientes o individuos en proceso de recuperación de lesiones o intervenciones quirúrgicas.
- 6. Consultor en ergonomía:** encargado de evaluar y mejorar las condiciones físicas en entornos laborales, buscando prevenir lesiones y optimizar el bienestar de los trabajadores.  
**Responsabilidad:** Evaluar y mejorar las condiciones laborales y los entornos de trabajo para garantizar la seguridad y comodidad de los empleados.
- 7. Especialista en rehabilitación neuromuscular:** responsable de diseñar tratamientos para trastornos neuromusculares, utilizando técnicas de rehabilitación para optimizar la función motora y reducir el dolor.  
**Responsabilidad:** Diseñar y aplicar programas terapéuticos destinados a la recuperación de la función motora y muscular en personas con trastornos neuromusculares.



*Aprovecha la oportunidad para conocer los últimos avances en esta materia para aplicarla a tu práctica diaria”*

08

# Metodología de estudio

TECH es la primera universidad en el mundo que combina la metodología de los **case studies** con el **Relearning**, un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración dirigida.

Esta disruptiva estrategia pedagógica ha sido concebida para ofrecer a los profesionales la oportunidad de actualizar conocimientos y desarrollar competencias de un modo intenso y riguroso. Un modelo de aprendizaje que coloca al estudiante en el centro del proceso académico y le otorga todo el protagonismo, adaptándose a sus necesidades y dejando de lado las metodologías más convencionales.



“

*TECH te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera”*

## El alumno: la prioridad de todos los programas de TECH

En la metodología de estudios de TECH el alumno es el protagonista absoluto. Las herramientas pedagógicas de cada programa han sido seleccionadas teniendo en cuenta las demandas de tiempo, disponibilidad y rigor académico que, a día de hoy, no solo exigen los estudiantes sino los puestos más competitivos del mercado.

Con el modelo educativo asincrónico de TECH, es el alumno quien elige el tiempo que destina al estudio, cómo decide establecer sus rutinas y todo ello desde la comodidad del dispositivo electrónico de su preferencia. El alumno no tendrá que asistir a clases en vivo, a las que muchas veces no podrá acudir. Las actividades de aprendizaje las realizará cuando le venga bien. Siempre podrá decidir cuándo y desde dónde estudiar.

“

*En TECH NO tendrás clases en directo  
(a las que luego nunca puedes asistir)”*



### Los planes de estudios más exhaustivos a nivel internacional

TECH se caracteriza por ofrecer los itinerarios académicos más completos del entorno universitario. Esta exhaustividad se logra a través de la creación de temarios que no solo abarcan los conocimientos esenciales, sino también las innovaciones más recientes en cada área.

Al estar en constante actualización, estos programas permiten que los estudiantes se mantengan al día con los cambios del mercado y adquieran las habilidades más valoradas por los empleadores. De esta manera, quienes finalizan sus estudios en TECH reciben una preparación integral que les proporciona una ventaja competitiva notable para avanzar en sus carreras.

Y además, podrán hacerlo desde cualquier dispositivo, pc, tableta o smartphone.

“

*El modelo de TECH es asincrónico, de modo que te permite estudiar con tu pc, tableta o tu smartphone donde quieras, cuando quieras y durante el tiempo que quieras”*

## Case studies o Método del caso

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores escuelas de negocios del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, su función era también presentarles situaciones complejas reales. Así, podían tomar decisiones y emitir juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Con este modelo de enseñanza es el propio alumno quien va construyendo su competencia profesional a través de estrategias como el *Learning by doing* o el *Design Thinking*, utilizadas por otras instituciones de renombre como Yale o Stanford.

Este método, orientado a la acción, será aplicado a lo largo de todo el itinerario académico que el alumno emprenda junto a TECH. De ese modo se enfrentará a múltiples situaciones reales y deberá integrar conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones. Todo ello con la premisa de responder al cuestionamiento de cómo actuaría al posicionarse frente a eventos específicos de complejidad en su labor cotidiana.



## Método Relearning

En TECH los *case studies* son potenciados con el mejor método de enseñanza 100% online: el *Relearning*.

Este método rompe con las técnicas tradicionales de enseñanza para poner al alumno en el centro de la ecuación, proveyéndole del mejor contenido en diferentes formatos. De esta forma, consigue repasar y reiterar los conceptos clave de cada materia y aprender a aplicarlos en un entorno real.

En esta misma línea, y de acuerdo a múltiples investigaciones científicas, la reiteración es la mejor manera de aprender. Por eso, TECH ofrece entre 8 y 16 repeticiones de cada concepto clave dentro de una misma lección, presentada de una manera diferente, con el objetivo de asegurar que el conocimiento sea completamente afianzado durante el proceso de estudio.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu especialización, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*



## Un Campus Virtual 100% online con los mejores recursos didácticos

Para aplicar su metodología de forma eficaz, TECH se centra en proveer a los egresados de materiales didácticos en diferentes formatos: textos, vídeos interactivos, ilustraciones y mapas de conocimiento, entre otros. Todos ellos, diseñados por profesores cualificados que centran el trabajo en combinar casos reales con la resolución de situaciones complejas mediante simulación, el estudio de contextos aplicados a cada carrera profesional y el aprendizaje basado en la reiteración, a través de audios, presentaciones, animaciones, imágenes, etc.

Y es que las últimas evidencias científicas en el ámbito de las Neurociencias apuntan a la importancia de tener en cuenta el lugar y el contexto donde se accede a los contenidos antes de iniciar un nuevo aprendizaje. Poder ajustar esas variables de una manera personalizada favorece que las personas puedan recordar y almacenar en el hipocampo los conocimientos para retenerlos a largo plazo. Se trata de un modelo denominado *Neurocognitive context-dependent e-learning* que es aplicado de manera consciente en esta titulación universitaria.

Por otro lado, también en aras de favorecer al máximo el contacto mentor-alumno, se proporciona un amplio abanico de posibilidades de comunicación, tanto en tiempo real como en diferido (mensajería interna, foros de discusión, servicio de atención telefónica, email de contacto con secretaría técnica, chat y videoconferencia).

Asimismo, este completísimo Campus Virtual permitirá que el alumnado de TECH organice sus horarios de estudio de acuerdo con su disponibilidad personal o sus obligaciones laborales. De esa manera tendrá un control global de los contenidos académicos y sus herramientas didácticas, puestas en función de su acelerada actualización profesional.



*La modalidad de estudios online de este programa te permitirá organizar tu tiempo y tu ritmo de aprendizaje, adaptándolo a tus horarios”*

### La eficacia del método se justifica con cuatro logros fundamentales:

1. Los alumnos que siguen este método no solo consiguen la asimilación de conceptos, sino un desarrollo de su capacidad mental, mediante ejercicios de evaluación de situaciones reales y aplicación de conocimientos.
2. El aprendizaje se concreta de una manera sólida en capacidades prácticas que permiten al alumno una mejor integración en el mundo real.
3. Se consigue una asimilación más sencilla y eficiente de las ideas y conceptos, gracias al planteamiento de situaciones que han surgido de la realidad.
4. La sensación de eficiencia del esfuerzo invertido se convierte en un estímulo muy importante para el alumnado, que se traduce en un interés mayor en los aprendizajes y un incremento del tiempo dedicado a trabajar en el curso.

## La metodología universitaria mejor valorada por sus alumnos

Los resultados de este innovador modelo académico son constatables en los niveles de satisfacción global de los egresados de TECH.

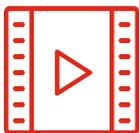
La valoración de los estudiantes sobre la calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso y sus objetivos es excelente. No en valde, la institución se convirtió en la universidad mejor valorada por sus alumnos según el índice global score, obteniendo un 4,9 de 5.

*Accede a los contenidos de estudio desde cualquier dispositivo con conexión a Internet (ordenador, tablet, smartphone) gracias a que TECH está al día de la vanguardia tecnológica y pedagógica.*

*Podrás aprender con las ventajas del acceso a entornos simulados de aprendizaje y el planteamiento de aprendizaje por observación, esto es, Learning from an expert.*



Así, en este programa estarán disponibles los mejores materiales educativos, preparados a conciencia:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual que creará nuestra manera de trabajo online, con las técnicas más novedosas que nos permiten ofrecerte una gran calidad, en cada una de las piezas que pondremos a tu servicio.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarás actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Resúmenes interactivos

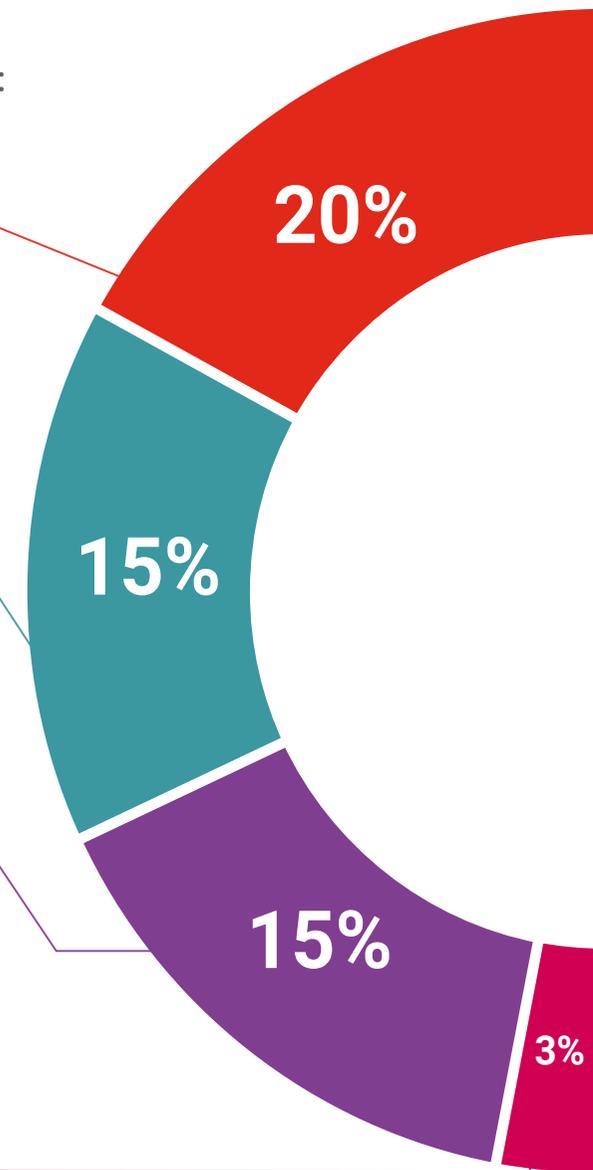
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

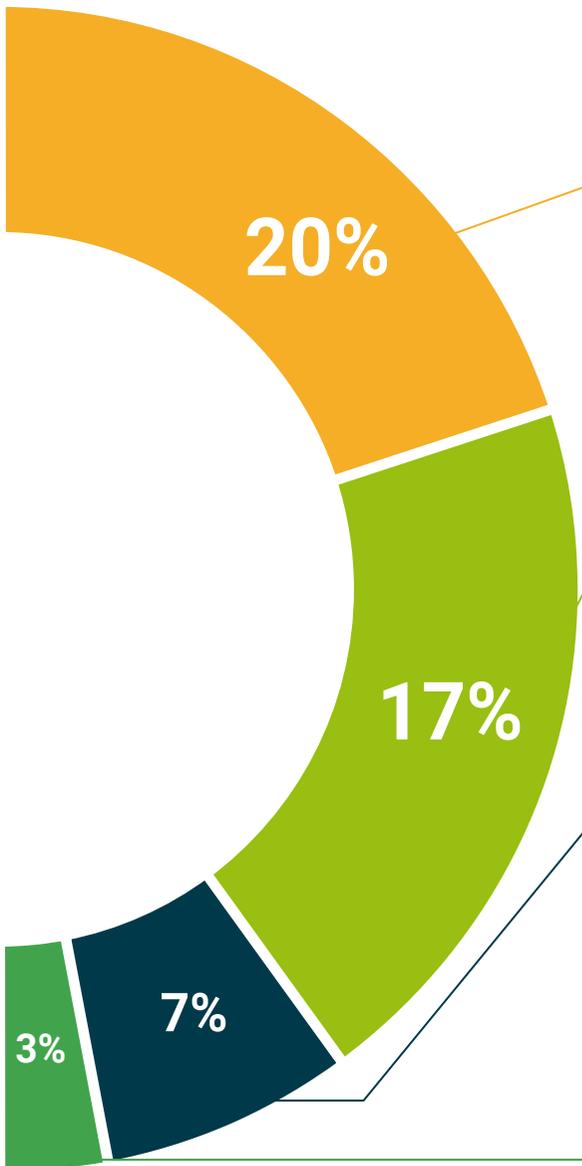
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso, guías internacionales... En nuestra biblioteca virtual tendrás acceso a todo lo que necesitas para completar tu capacitación.





#### Case Studies

Completarás una selección de los mejores *case studies* de la materia. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Testing & Retesting

Evaluamos y reevaluamos periódicamente tu conocimiento a lo largo del programa. Lo hacemos sobre 3 de los 4 niveles de la Pirámide de Miller.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos. El denominado *Learning from an expert* afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en nuestras futuras decisiones difíciles.



#### Guías rápidas de actuación

TECH ofrece los contenidos más relevantes del curso en forma de fichas o guías rápidas de actuación. Una manera sintética, práctica y eficaz de ayudar al estudiante a progresar en su aprendizaje.



09

# Cuadro docente

El cuerpo docente encargado de impartir esta titulación universitario se distingue por su alta cualificación y el reconocimiento en el ámbito académico y profesional. Por lo tanto, compuesto por expertos en Yoga Terapéutico, el equipo docente aportará una perspectiva integral y enriquecida que complementa la capacitación teórica y práctica. Asimismo, con vasta experiencia en sus respectivas disciplinas, estos expertos han sido los responsables de la estructuración de los módulos académicos, asegurando la creación de un programa universitario actualizado y exhaustivo que responde a las necesidades más actuales del campo, garantizando así la excelencia en el área.





“

*Los docentes de este Máster Semipresencial  
brindarán una orientación personalizada  
asegurando tu comprensión de los avances  
más recientes en Yoga Terapéutico”*

## Directora Invitada Internacional

Siendo la **Directora de profesores** y **Jefa de formación** de instructores del Integral Yoga Institute de Nueva York, Dianne Galliano se posiciona como una de las figuras más importantes de este campo a nivel internacional. Su foco académico ha sido principalmente el **yoga terapéutico**, contando con más de 6.000 horas documentadas de enseñanza y formación continua.

Así, su labor ha sido la de tutorizar, desarrollar protocolos y criterios de formación y proporcionar educación continua a los instructores del Integral Yoga Institute. Compagina dicha labor con su papel como **terapeuta** e **instructora** en otras instituciones como The 14TH Street Y, Integral Yoga Institute Wellness Spa o la Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Su trabajo también se extiende hacia la **creación y dirección de programas de yoga**, desarrollando ejercicios y evaluando los desafíos que puedan presentarse. Ha trabajado a lo largo de su carrera con diferentes perfiles de personas, incluyendo hombres y mujeres mayores y de mediana edad, individuos prenatales y postnatales, adultos jóvenes e incluso veteranos de guerra con una serie de problemas de salud física y mental.

Para cada uno de ellos realiza un trabajo cuidado y personalizado, habiendo tratado a personas con osteoporosis, en proceso de recuperación de cirugías cardíacas o post cáncer de mama, vértigo, dolores de espalda, Síndrome de Intestino Irritable y Obesidad. Cuenta con varias certificaciones, destacando la E-RYT 500 por Yoga Alliance, Soporte Vital Básico (SVB) por la American Health Training e Instructora de Ejercicio Certificado por el Centro de Movimiento Somático.



## Dña. Galliano, Dianne

---

- Directora del Instituto de Yoga Integral, Nueva York, Estados Unidos
- Instructora de Yoga Terapéutico en The 14TH Street Y
- Terapeuta de Yoga en Integral Yoga Institute Wellness Spa de Nueva York
- Instructora Terapéutica en Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licenciada en Educación Primaria por la State University of New York
- Máster en Yoga Terapéutico por la Universidad de Maryland

“

*Gracias a TECH podrás  
aprender con los mejores  
profesionales del mundo”*

## Dirección



### Dña. Escalona García, Zoraida

- ♦ Vicepresidenta de la Asociación Española de Yoga Terapéutico
- ♦ Fundadora del método Air Core (clases que combinan TRX y/o entrenamiento funcional con Yoga)
- ♦ Formadora en Yoga Terapéutico
- ♦ Máster en Investigación en Inmunología por la Universidad Complutense de Madrid
- ♦ Máster en Ciencias Forenses por la Universidad Autónoma de Madrid
- ♦ Licenciada en Ciencias Biológicas por la UAM
- ♦ Curso en Profesor de FisiomYoga
- ♦ Curso en Profesor de Yoga Miofascial
- ♦ Curso en Profesor de Yoga y Cáncer
- ♦ Curso en Monitor Pilates Suelo
- ♦ Curso en Fitoterapia y nutrición
- ♦ Curso en Profesor de meditación

## Profesores

### Dña. Villalba, Vanessa

- ♦ Instructora en Gimnasios Villalba
- ♦ Instructora de Vinyasa Yoga y *Power Yoga* en el Instituto Europeo de Yoga (IEY), Sevilla
- ♦ Instructora de Yoga Aéreo, Sevilla
- ♦ Instructora de Yoga Integral en IEY Sevilla
- ♦ *Body Intelligence TM Yoga Level* en IEY Huelva
- ♦ Instructora de Yoga para embarazadas y postparto en IEY Sevilla
- ♦ Instructora de Yoga Nidra, Yoga Terapéutico y *Shamanic Yoga*
- ♦ Instructora de Pilates Base por FEDA
- ♦ Instructora Pilates Suelo con implementos
- ♦ Técnico Avanzado en Fitness y Entrenamiento Personal por FEDA
- ♦ Instructora de *Spinning Start I* por la Federación Española de Spinning
- ♦ Instructora de *Power Dumbell* por Aerobic and Fitness Association
- ♦ Quiromasajista en Quirotema por la Escuela Superior de Quiromasaje y Terapias
- ♦ Formación en Drenaje Linfático por PRAXIS, Sevilla

### D. Ferrer, Ricardo

- ♦ Director del Instituto Europeo de Yoga
- ♦ Director de la Escuela Centro de Luz
- ♦ Director de la Escuela Nacional de Reiki Evolutivo
- ♦ Instructor de *Hot Yoga* en el Centro de Luz
- ♦ Formador de Instructores de *Power Yoga*
- ♦ Formador de Monitores de Yoga
- ♦ Formador de Ashtanga Yoga y Yoga Progresivo
- ♦ Instructor de Tai Chi y Chi Kung
- ♦ Instructor de *Body Intelligence Yoga*
- ♦ Instructor de *Sup Yoga*

### Dña. Salvador Crespo, Inmaculada

- ♦ Coordinadora del Instituto Europeo de Yoga
- ♦ Profesora de Yoga y Meditación en IEY
- ♦ Especialista en Yoga Integral y Meditación
- ♦ Especialista en Vinyasa Yoga y *Power Yoga*
- ♦ Especialista en Yoga Terapéutico

### Dña. Bermejo Busto, Aránzazu

- ♦ Traductora del Módulo Yoga para Niños con Autismo y Necesidades Especiales junto con Louise Goldberg
- ♦ Formadora online de Maestros de Yogaespecial
- ♦ Colaboradora y formadora de Yoga de la Asociación Española Yogaespecial, Empresa Enseñanzas Modernas, Escuela Om Shree Om, Centro SatNam, el Polideportivo de Cercedilla, entre otros
- ♦ Profesora de Yoga, Meditación y Coordinadora de cursos de Bienestar
- ♦ Clases de Yoga en sesiones individuales a niños con discapacidad y necesidades especiales a través de la Asociación Respirávila
- ♦ Organizadora y creadora de viajes yóguicos a India
- ♦ Exdirectora del Centro Yamunadeva
- ♦ Terapeuta Gestalt y Sistémica en el Centro Yamunadeva
- ♦ Máster en Respiración Consciente en el IRC
- ♦ Curso de Nada Yoga con la Escuela Nada Yoga Brasil, en colaboración con Nada Yoga School de Rishikesh
- ♦ Curso del Método Playterapia, de acompañamiento terapéutico con Playmobil
- ♦ Curso de Yoga online con Louise Goldberg del Yoga Center de Deerfield Beach, Florida

# 10 Titulación

El Máster Semipresencial en Yoga Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster Semipresencial expedido por TECH Global University.





*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este programa te permitirá obtener el título propio de **Máster Semipresencial en Yoga Terapéutico** avalado por **TECH Global University**, la mayor Universidad digital del mundo.

**TECH Global University**, es una Universidad Oficial Europea reconocida públicamente por el Gobierno de Andorra (**boletín oficial**). Andorra forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES) desde 2003. El EEES es una iniciativa promovida por la Unión Europea que tiene como objetivo organizar el marco formativo internacional y armonizar los sistemas de educación superior de los países miembros de este espacio. El proyecto promueve unos valores comunes, la implementación de herramientas conjuntas y fortaleciendo sus mecanismos de garantía de calidad para potenciar la colaboración y movilidad entre estudiantes, investigadores y académicos.

Este título propio de **TECH Global University**, es un programa europeo de formación continua y actualización profesional que garantiza la adquisición de las competencias en su área de conocimiento, confiriendo un alto valor curricular al estudiante que supere el programa.

TECH es miembro de la **International Association of Yoga Therapists (IAYT)**, la mayor organización global de especialistas en Yoga aplicada con presencia en más de 50 países. Esta distinción resalta su compromiso con el avance científico y académico de las terapias integrativas a nivel mundial.

Aval/Membresía

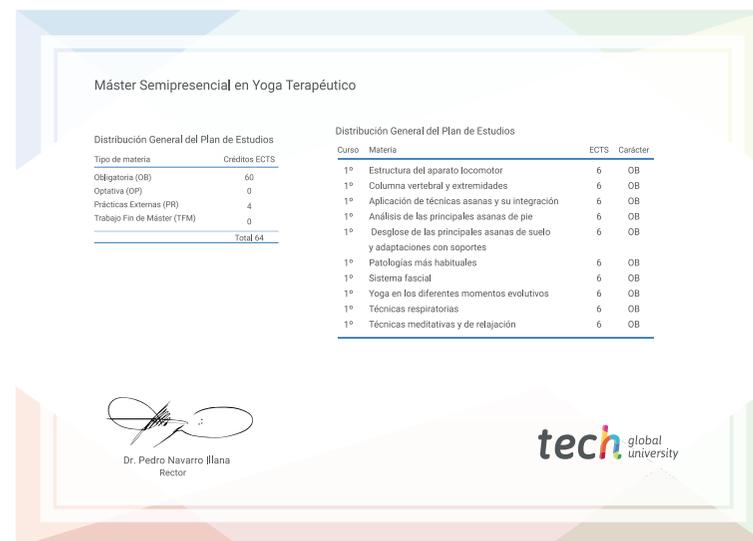


Título: **Máster Semipresencial en Yoga Terapéutico**

Modalidad: **Semipresencial (Online + Prácticas)**

Duración: **12 meses**

Créditos: **60 + 4 ECTS**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH Global University realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

salud futuro  
confianza personas  
educación información tutores  
garantía acreditación enseñanza  
instituciones tecnología aprendizaje  
comunidad compromiso  
atención personalizada innovación  
conocimiento presentaciones  
desarrollo web formación  
aula virtual idiomas instituciones



## Máster Semipresencial Yoga Terapéutico

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 12 meses

Titulación: TECH Global University

Créditos: 60 + 4 ECTS

# Máster Semipresencial Yoga Terapéutico

Aval/Membresía

**IAT** THE INTERNATIONAL ASSOCIATION OF  
**YOGA THERAPISTS**



**tech** global  
university

