

# Máster de Formación Permanente Semipresencial Yoga Terapéutico

Aval/Membresía

The background of the slide is a photograph of a person in a yoga pose, specifically a variation of the Pigeon Pose (Eka Pada Pigeon). The person is wearing a purple short-sleeved shirt and grey leggings. They are lying on their side on a dark mat, with their right leg bent and foot near their head, and their left leg extended forward. Their hands are resting on their thighs. The image is partially obscured by diagonal geometric shapes in blue, white, and dark blue.

**tech**  
universidad



## Máster de Formación Permanente Semipresencial Yoga Terapéutico

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 7 meses

Titulación: TECH Universidad

Créditos: 60 + 5 ECTS

Acceso web: [www.techtitute.com/medicina/master-semipresencial/master-semipresencial-yoga-terapeutico](http://www.techtitute.com/medicina/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/>
pág. 4	pág. 8	pág. 12	pág. 24
	05	06	07
	Prácticas	Centros de prácticas	Salidas profesionales
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	pág. 30	pág. 36	pág. 40
	08	09	10
	Metodología de estudio	Cuadro docente	Titulación
	<hr/>	<hr/>	<hr/>
	pág. 44	pág. 54	pág. 60

# 01

# Presentación del programa

El Yoga Terapéutico ha emergido en las últimas décadas como una herramienta eficaz en el abordaje integral de diversas afecciones físicas y psicológicas, especialmente en contextos de salud crónica, rehabilitación y cuidado paliativo. De hecho, la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha reconocido la utilidad del yoga como práctica complementaria para mejorar la calidad de vida y la salud mental, subrayando su eficacia en la reducción del estrés, la ansiedad y el dolor crónico. En este contexto, el desarrollo académico y profesional en este campo adquiere una relevancia creciente. Por tal razón, TECH ha ideado este posgrado que integrará conocimientos de anatomía y neurociencia. Todo ello, a partir de una metodología online combinada con sesiones de prácticas presenciales.



“

*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”*

El Yoga Terapéutico se ha consolidado como una disciplina clave dentro del ámbito de la salud integrativa, especialmente por su capacidad para abordar de manera eficaz trastornos físicos, emocionales y psicológicos desde una perspectiva holística. Su aplicación se ha extendido a entornos clínicos y de rehabilitación, ganando reconocimiento por parte de instituciones internacionales como la OMS y el NCCIH, al mostrar beneficios concretos en el tratamiento de enfermedades crónicas, estrés, ansiedad y desequilibrios musculoesqueléticos.

Ante esta realidad, TECH Universidad ha diseñado este Máster de Formación Permanente Semipresencial en Yoga Terapéutico, una propuesta académica orientada a desarrollar perfiles altamente cualificados en esta disciplina. A través de un enfoque integral, se profundizará en aspectos esenciales como la biomecánica del movimiento, la fisiología aplicada a la práctica terapéutica, la neurociencia del Yoga, la psicología del trauma y la adaptación de posturas a diversas patologías. De este modo, los médicos adquirirán las herramientas necesarias para planificar y aplicar protocolos personalizados de intervención, ajustados a las necesidades específicas de cada individuo.

Además, la modalidad 100% online facilitará el acceso a los contenidos sin interferir en las responsabilidades personales o profesionales. Gracias a la metodología *Relearning* de TECH, el aprendizaje se estructurará de manera dinámica y efectiva, permitiendo una asimilación progresiva y duradera de los conceptos. Como complemento, el programa universitario incluirá estancias prácticas en un centro de prestigio, donde los egresados podrán aplicar sus conocimientos en un entorno real. Por último, se brindará el acceso a 10 exclusivas *Masterclasses* impartidas por un Director Invitado Internacional de gran trayectoria.

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 de Formación Permanente 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 clínicos presentados por profesionales en Medicina y Yoga Terapéutico
- ♦ Sus contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que están concebidos, recogen una información científica y asistencial sobre aquellas disciplinas médicas indispensables para el ejercicio profesional
- ♦ Las últimas tendencias en técnicas de Asana, *Mindfulness* y bases de relajación
- ♦ Planes integrales de actuación en diferentes momentos evolutivos
- ♦ Todo esto se complementará con lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ♦ Disponibilidad de los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet
- ♦ Además, podrás realizar una estancia de prácticas clínicas en uno de los mejores centros especializados en esta disciplina



*Estás ante una titulación que ofrecerá una serie de Masterclasses especializadas y una estancia práctica completamente presencial en un centro de gran prestigio”*

“

*Dispondrás de las herramientas académicas más modernas del mercado, con un acceso libre al Campus Virtual las 24 horas del día”*

En esta propuesta de Máster, de carácter profesionalizante y modalidad semipresencial, el programa está dirigido a profesionales médicos que deseen actualizar sus conocimientos en Yoga Terapéutico e incorporar sus procedimientos las técnicas más novedosas para ofrecer una asistencia clínica basada en la excelencia. Los contenidos están basados en la última evidencia científica, y orientados de manera didáctica para integrar el saber teórico de esta disciplina con las destrezas prácticas para ofrecer las terapias más personalizadas.

Gracias a su contenido multimedia elaborado con la última tecnología educativa, permitirán al profesional de la medicina obtener un aprendizaje situado y contextualizado, 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.

*La capacitación incluirá casos prácticos reales y ejercicios dinámicos para acercar el desarrollo del programa universitario a la práctica clínica habitual.*

*Un completísimo plan de estudios, complementado con un sistema Relearning que facilitará la renovación de conocimiento en el abordaje terapéutico de pacientes con discapacidades físicas.*



# 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».

### 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.

### 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.



**Forbes**  
Mejor universidad  
online del mundo

**Plan**  
de estudios  
más completo

Profesorado  
**TOP**  
Internacional

La metodología  
más eficaz

**nº1**  
Mundial  
Mayor universidad  
online del mundo

### 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.

### 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 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.

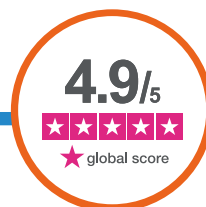
#### Líderes en empleabilidad

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

TECH Universidad ofrecerá un plan de estudios integral, diseñado por expertos, que combina el estudio anatómico y fisiológico del cuerpo humano con la aplicación práctica de posturas adaptadas, el control del sistema nervioso autónomo, la modulación del estrés y el acompañamiento psicoemocional desde un enfoque integrador. Gracias a esta propuesta semipresencial, los profesionales podrán combinar el acceso flexible a contenidos teóricos con instancias prácticas presenciales en centros especializados, donde se abordarán casos reales y se fomentará la intervención supervisada.





“

*Te beneficiarás de un temario completamente actualizado, acompañado con materiales didácticos de altísimo nivel”*

## 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. Vértebra cervicales: típicas y atípicas
  - 2.5.2. Vértebra 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. Vértebra 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 Āsanam
  - 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. Cómo 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 Trikonasana
  - 4.5.2. Virabhadrasana II Guerrero II
  - 4.5.3. Parighasana
  - 4.5.4. Uthitta ParsvaKonasana
- 4.6. Asanas equilibrio
  - 4.6.1. Vrikshasana
  - 4.6.2. Utthita Hasta Padangusthasana
  - 4.6.3. Natarajasana
  - 4.6.4. Garudasana
- 4.7. Extensiones decúbito prono
  - 4.7.1. Bhujangasana
  - 4.7.2. Urdhva Mukha Svanasana
  - 4.7.3. Sarala Bhujangasana: esfinge
  - 4.7.4. Shalabhasana
- 4.8. Extensiones
  - 4.8.1. Ustrasana
  - 4.8.2. Dhanurasana
  - 4.8.3. Urdhva Dhanurasana
  - 4.8.4. Setu Bandha Sarvangasana
- 4.9. Torsiones
  - 4.9.1. Paravritta Parsvakonasana
  - 4.9.2. Paravritta trikonasana
  - 4.9.3. Paravritta Parsvotanassana
  - 4.9.4. Paravritta Utkatasana
- 4.10. Caderas
  - 4.10.1. Malasana
  - 4.10.2. Badha Konasana
  - 4.10.3. Upavista Konasana
  - 4.10.4. Gomukhasana

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

- 5.1. Asanas principales en suelo
  - 5.1.1. Marjaryasana- Bitilasana
  - 5.1.2. Beneficios
  - 5.1.3. Variantes
  - 5.1.4. Dandasana
- 5.2. Flexiones supinas
  - 5.2.1. Paschimottasana
  - 5.2.2. Janu sirsasana
  - 5.2.3. Trianga Mukhaikapada Paschimottasana
  - 5.2.4. Kurmasana
- 5.3. Torsiones e inclinaciones laterales
  - 5.3.1. Ardha Matsyendrasana
  - 5.3.2. Vakrasana
  - 5.3.3. Bharadvajasana
  - 5.3.4. Parivrita janu sirsasana
- 5.4. Asanas de cierre
  - 5.4.1. Balasana
  - 5.4.2. Supta Badha Konasana
  - 5.4.3. Ananda Balasana
  - 5.4.4. Jathara Parivartanasana A y B
- 5.5. Invertidas
  - 5.5.1. Beneficios
  - 5.5.2. Contraindicaciones
  - 5.5.3. Viparita Karani
  - 5.5.4. Sarvangasana
- 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. Cuando 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. Protrusiones
  - 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. Trocanteris
- 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. Epitrocleitis
- 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 Crohn
  - 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. Cambio físicos y hormonales
  - 8.4.3. Beneficios de la práctica
  - 8.4.4. Asanas recomendadas
- 8.5. Embarazo
  - 8.5.1. Por qué 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. Sushumna
  - 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





“

*No solo te capacitarás técnicamente, sino que fortalecerás tu mirada clínica, preparándote para destacar en contextos asistenciales complejos y multidisciplinarios”*

# 04

## Objetivos docentes

Este Máster de Formación Permanente Semipresencial ha sido diseñado para proporcionar a los profesionales una base científica, clínica y práctica sólida que les permitirá aplicar esta disciplina con rigor y eficacia en contextos sanitarios, sociales y educativos. De hecho, este programa universitario parte de una visión integradora del ser humano, orientada no solo al alivio de síntomas físicos, sino también a la gestión del estrés, el equilibrio emocional y la mejora de la calidad de vida de los pacientes. De este modo, los egresados dominarán los mecanismos fisiológicos y neurológicos implicados en la práctica del yoga.



“

*¡TECH Universidad te ofrecerá una experiencia académica orientada a la excelencia! No solo ampliarás tus conocimientos, sino que también transformarás tu práctica profesional”*



### Objetivo general

---

- Tras finalizar este itinerario académico, los profesionales incorporarán a su praxis las habilidades necesarias para el correcto desarrollo y aplicación de las técnicas de esta disciplina desde un punto de vista clínico. Así, los especialistas crearán planes personalizados, basándose en las lesiones que presenten los pacientes y en la evidencia científica. Para ello, ahondarán en los estudios más recientes, tanto en la biomecánica, como en su aplicación a los asanas. Además, dominarán las bases neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de relajación existentes





## 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*
- ♦ Ahondar en el concepto de Asanas de pie
- ♦ Describir los beneficios y contraindicaciones de Asanas en extensión

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

- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de las Asanas y su importancia como postura base para otras Asanas de pie
- ♦ Identificar las diferentes variantes de saludos al sol y sus modificaciones, y cómo afectan a la biomecánica de las Asanas de pie
- ♦ Señalar las principales Asanas de pie, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Actualizar conocimientos sobre los fundamentos biomecánicos de las 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 las principales Asanas de suelo, sus variaciones y cómo aplicar correctamente la biomecánica para maximizar sus beneficios
- ♦ Ahondar en los fundamentos biomecánicos de las Asanas de cierre y cómo realizarlos de manera segura y efectiva
- ♦ Actualizar conocimientos sobre las Asanas restaurativas y cómo aplicar la biomecánica para relajar y restaurar el cuerpo
- ♦ Identificar las principales invertidas y cómo utilizar la biomecánica para realizarlas 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
- ♦ Ahondar en las enfermedades degenerativas y cómo la práctica de Yoga puede ayudar en su gestión y reducción de síntomas
- ♦ Profundizar sobre el lumbago y la ciática y cómo aplicar el Yoga Terapéutico para aliviar el dolor y mejorar la movilidad
- ♦ Identificar la escoliosis y cómo adaptar la práctica de Yoga para mejorar la postura y reducir la incomodidad

### **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, y cómo adaptar la práctica para satisfacer sus necesidades
- ♦ Ahondar en los cuidados y la práctica de Yoga durante el embarazo y el posparto, y cómo adaptar la práctica para satisfacer las necesidades de las mujeres en estos momentos
- ♦ 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

### **Módulo 9. Técnicas Respiratorias**

- ♦ Describir la fisiología del sistema respiratorio y cómo se relaciona con la práctica de pranayama
- ♦ Ahondar en los diferentes tipos de respiración y cómo afectan el sistema respiratorio y el cuerpo en general
- ♦ 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



### Módulo 10. Técnicas meditativas y de relajación

- ♦ Describir las bases Neurofisiológicas de las técnicas meditativas y de Relajación en la práctica de Yoga
- ♦ Ahondar en la definición de mantra, su aplicación y beneficios en la práctica de meditación
- ♦ 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

“

*Esta titulación universitaria  
aumentará tu seguridad en  
la toma de decisiones, para  
que experimentes un salto  
de calidad profesional”*

# 05 Prácticas

Una vez que el profesional supere la fase teórica, el programa obtendrá un enfoque eminentemente práctico para adentrarle en la realidad de la atención médica. Así pues, los especialistas disfrutarán de una estancia presencial en un centro de prestigio internacional. A lo largo de esta capacitación práctica, los egresados tendrán a su disposición el apoyo de un tutor que le acompañará durante todo el itinerario para garantizar una adecuada asistencia sanitaria.





“

*Complementa tu preparación teórica con una exhaustiva estancia práctica que te impulsará a alcanzar el éxito en tu praxis diaria”*

Este Máster de Formación Permanente Semipresencial incluye un período de Capacitación Práctica en una reputada institución, con una duración de 3 semanas, de lunes a viernes con jornadas de 8 horas consecutivas de enseñanza práctica al lado de un experto adjunto. De esta forma, los especialistas podrán brindar una asistencia clínica a pacientes reales junto a un equipo de profesionales de referencia en la disciplina del Yoga Terapéutico. Así pues, aplicarán las técnicas más innovadoras destinadas a aliviar los dolores, dar apoyo emocional y mejorar la movilidad de las personas.

Por otra parte, para el desarrollo de sus labores, los titulados tendrán a su disposición unas instalaciones de primer nivel, compuesta por diferentes aulas adaptadas para realizar ejercicios físicos y de meditación. Además, todos estos espacios están equipados por accesorios como esterillas, bloques, correas, sillas, colchonetas o mantas. De esta forma, los profesionales prestarán sus servicios en unas óptimas condiciones, que garantizarán la seguridad para los pacientes en todo momento.

Sin duda, se trata de una oportunidad única para que los expertos enriquezcan sus praxis incorporando los procedimientos más avanzados en campos como Asana, *Mindfulness* o Yoga Nidra. Todo ello basándose en las últimas evidencias científicas, junto al apoyo de un equipo de facultativos que les ayudarán a integrar todas las técnicas para mejorar la salud de los usuarios.

La enseñanza práctica se realizará 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 médica (aprender a ser y aprender a relacionarse).

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





Módulo	Actividad Práctica
<b>Técnicas para el fortalecimiento del Aparato Locomotor</b>	Aplicar posturas como Tadasana o Uttanasana para mejorar la alineación postural y tonificar los músculos de la columna vertebral
	Realizar estiramientos suaves de todos los músculos del cuerpo para mejorar tanto la flexibilidad como aliviar la tensión existente
	Implementar una distribución equitativa de la carga en las articulaciones
	Ejecutar el Pranayama abdominal para optimizar la función pulmonar y reducir el estrés
<b>Implementación de posturas Asanas para el abordaje de necesidades específicas</b>	Llevar a cabo una evaluación exhaustiva del individuo (incluyendo su historial médico, lesiones previas, condición física y objetivos personales)
	Adoptar posturas en función de las limitaciones de la persona, utilizando accesorios que abarcan desde los bloques hasta mantas o sillas, así como variaciones en la profundidad de las poses
	Introducir variaciones más desafiantes a medida que los pacientes ganan fuerza, flexibilidad y confianza
	Evaluar regularmente el progreso de los usuarios y ajustar el plan de práctica para que alcancen sus objetivos terapéuticos de forma segura
<b>Integración de procedimientos meditativos y de relajación</b>	Dirigir la atención de los usuarios a las diferentes partes del cuerpo, comenzando desde los pies y avanzando lentamente hasta la cabeza
	Aplicar técnicas de respiración basadas en la práctica del <i>Mindfulness</i> , orientadas a la regulación del sistema nervioso y calmar así la mente
	Realizar movimientos suaves y fluidos, como realizar secuencias de movimientos coordinados con la respiración
	Ejecutar la postura de Savasana al final de las sesiones, impulsando que el cuerpo y la mente se preparen para retomar la actividad diaria
<b>Personalización de terapias adaptadas a los diferentes momentos evolutivos</b>	Implementar técnicas como el Nadi Shodhana que ayuden a los adolescentes a desarrollar habilidades de atención plena, autocontrol y manejo del estrés
	Realizar estiramientos suaves que alivien las molestias físicas de las embarazadas, mientras preparan su cuerpo para el parto
	Llevar a cabo Asanas suaves como la Postura de la Montañana modificada, orientadas a adultos de tercera edad para mejorar su flexibilidad, movilidad y fuerza muscular
	Adaptar las técnicas de respiración a las personas con discapacidad sensorial, inhalando y exhalando profundamente mientras se centran en las sensaciones físicas en el abdomen

## 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.

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 la Máster de Formación Permanente 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 de la Máster de Formación Permanente 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 el alumno que supere la Máster de Formación Permanente Semipresencial recibirá un certificado que le acreditará la estancia en el centro en cuestión.

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

**6. ESTUDIOS PREVIOS:** algunos centros podrán requerir certificado de estudios previos para la realización de la Máster de Formación Permanente 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:** la Máster de Formación Permanente 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

El presente programa universitario incluye en su plan de estudios una estancia práctica en un centro de prestigio, donde los médicos pondrán en práctica todos sus conocimientos y competencias para desarrollar terapias que mejoren el bienestar de los pacientes. En todo momento, los egresados contarán con el respaldo un experimentado grupo de especialistas que los guiarán y supervisarán en sus actividades para garantizar una praxis basada en la excelencia.



The background of the page is a photograph of a city skyline at sunset. The sky is filled with clouds in shades of orange, pink, and blue. The city lights are visible, and the buildings are silhouetted against the bright sky. A large, stylized quote graphic is overlaid on the right side of the image.

“

*Disfrutarás de una estancia práctica en un reconocido centro de renombre, donde estarás rodeado de expertos en Yoga Terapéutico”*



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



Medicina

### Yoga (con) Ciencia

País	Ciudad
España	Madrid

Dirección: Polideportivo Municipal Juan Carlos I,  
Av. Constitución 31, 28792 Miraflores  
de la Sierra, Madrid

Centro de yoga terapéutico donde la adaptación  
individual y la atención a la salud son fundamentales

---

**Capacitaciones prácticas relacionadas:**  
-Yoga Terapéutico





“

*La Universidad contratará un seguro de responsabilidad civil que cubra cualquier eventualidad que pudiera surgir durante el desarrollo de la estancia en el centro de prácticas”*

07

# Salidas profesionales

Este itinerario académico representa una vía estratégica para acceder a nuevas oportunidades laborales en el ámbito de la salud integrativa, el bienestar físico o mental y la intervención psicosocial. Gracias a la solidez metodológica de este programa universitario, los egresados estarán preparados para desempeñarse en centros médicos, unidades de rehabilitación, instituciones de salud mental, clínicas del dolor, espacios de fisioterapia y programas de prevención. Asimismo, podrán desarrollar proyectos propios como consultores o instructores especializados, liderando iniciativas enfocadas en el manejo del estrés, la recuperación funcional o la mejora de la calidad de vida en pacientes con enfermedades crónicas.



“

*Conviértete en un referente del Yoga  
Terapéutico y accederás a conocimientos  
que integran tradición y ciencia para impactar  
vidas desde el equilibrio integral”*

### Perfil del egresado

El egresado representará la síntesis entre el conocimiento ancestral del yoga y los avances contemporáneos en salud y bienestar. Más allá de adquirir técnicas, este profesional desarrollará una comprensión profunda sobre el ser humano desde una perspectiva integral, reconociendo la interacción constante entre cuerpo, mente, emociones y entorno. Gracias a una visión holística, y al respaldo de una preparación académica rigurosa, este perfil se consolidará como un agente de cambio, capaz de generar espacios de transformación personal y colectiva, respetando la individualidad de cada persona y promoviendo procesos de autocuidado sostenibles y conscientes.

*Esta capacitación cultivará no solo habilidades terapéuticas, sino también una actitud compasiva, ética y reflexiva ante los desafíos de la salud actual.*

- ♦ **Inteligencia emocional:** capacidad para reconocer, comprender y gestionar las propias emociones y las de los demás, clave para una intervención terapéutica empática y consciente
- ♦ **Comunicación asertiva:** habilidad para expresar ideas, necesidades y límites con claridad y respeto, generando vínculos de confianza en contextos de acompañamiento
- ♦ **Pensamiento crítico y reflexivo:** competencia para analizar situaciones desde múltiples enfoques, tomar decisiones fundamentadas y adaptarse a cada caso de forma ética y profesional
- ♦ **Autogestión del aprendizaje:** desarrollo de una actitud proactiva y autónoma para seguir profundizando conocimientos y prácticas a lo largo del tiempo, en sintonía con una visión de mejora continua



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

**1. Especialista en Intervención en Yoga Terapéutico:** encargado de diseñar y aplicar sesiones de yoga adaptadas a personas con dolencias físicas, emocionales o mentales.

**Responsabilidad:** evaluar las necesidades del usuario y guiar prácticas terapéuticas seguras, ajustadas a su condición y evolución.

**2. Coordinador de Programas de Bienestar Corporativo:** encargado de implementar estrategias de bienestar en empresas mediante el yoga terapéutico.

**Responsabilidad:** planificar y supervisar actividades que fomenten la salud física y emocional de los empleados, promoviendo entornos laborales saludables.

**3. Asesor en Salud Integrativa:** supervisor de equipos médicos o centros holísticos para complementar tratamientos con prácticas de yoga terapéutico.

**Responsabilidad:** integrar protocolos personalizados que acompañen procesos clínicos desde una perspectiva cuerpo-mente.

**4. Facilitador de Procesos de Autocuidado:** responsable del desarrollo de prácticas conscientes que promueven el equilibrio personal en distintos contextos sociales.

**Responsabilidad:** capacitar a personas en herramientas de regulación emocional, respiración, meditación y movimiento terapéutico.

**5. Consultor en Intervenciones Psicoemocionales:** diseñador de programas de apoyo psicológico con recursos basados en el yoga terapéutico.

**Responsabilidad:** colaborar con psicólogos o terapeutas en sesiones grupales o individuales, aportando técnicas corporales y de relajación.

**6. Diseñador de Recursos Terapéuticos en Yoga:** creador de materiales, talleres o contenidos que responden a necesidades específicas de diferentes poblaciones.

**Responsabilidad:** investigar, desarrollar y adaptar recursos prácticos que faciliten la aplicación del yoga con fines preventivos o terapéuticos.

**7. Investigador en Entornos de Salud Comunitaria:** encargado de informar y promover la educación en salud a través del yoga terapéutico en centros sociales, asociaciones o entidades públicas.

**Responsabilidad:** planificar actividades formativas y de sensibilización que impulsen estilos de vida saludables y sostenibles.

**8. Responsable de Talleres de Rehabilitación Funcional:** responsable de integrar el yoga terapéutico en procesos de recuperación física y emocional.

**Responsabilidad:** diseñar e impartir sesiones que favorezcan la movilidad, el alivio del dolor y el fortalecimiento del vínculo mente-cuerpo en personas en proceso de rehabilitación.



*Gracias a este completísimo Máster de Formación Permanente Semipresencial, transformarás tu práctica en una herramienta de sanación”*

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 intensivo 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

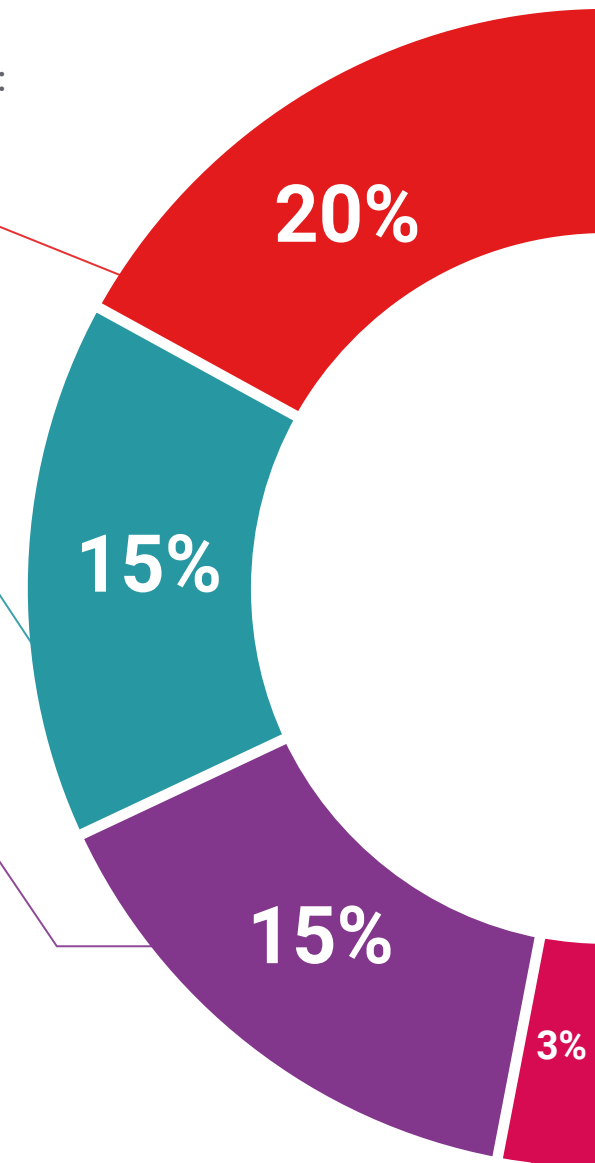
Presentamos los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audio, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

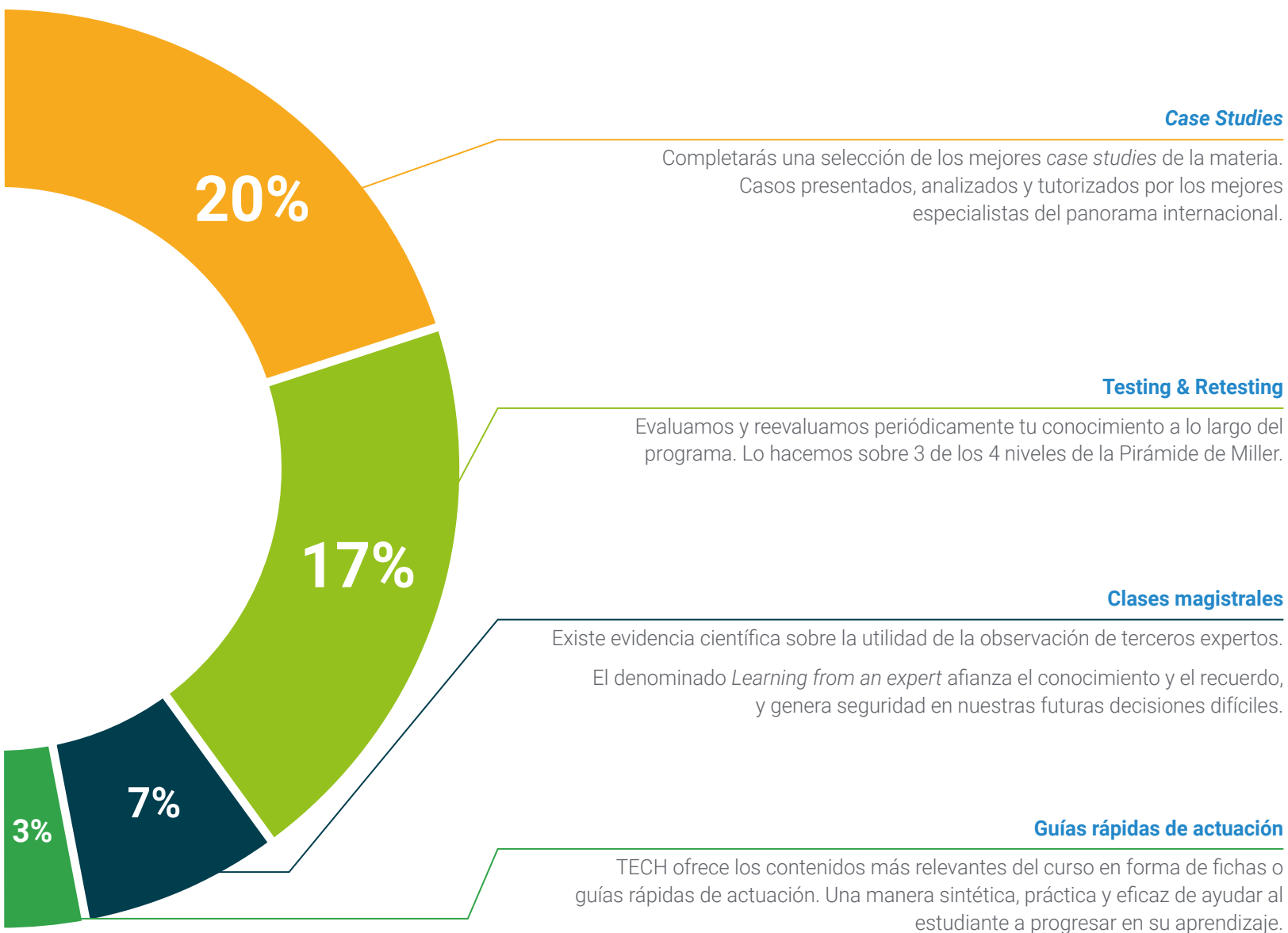
Este sistema exclusivo educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### 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

En su filosofía de ofrecer la excelencia académica, TECH Universidad ha seleccionado con minuciosidad al claustro docente que conforma esta capacitación. Así, los mentores destacan por su sólida comprensión en el área del Yoga Terapéutico, así como por su dilatada experiencia profesional en este campo. De hecho, se trata de especialistas en activo, firmemente comprometidos por mantenerse a la vanguardia con las técnicas más innovadoras para proporcionar servicios altamente efectivos y personalizados. A partir de esto, los médicos egresados disfrutarán de una experiencia inmersiva al lado de los mejores, lo que enriquecerá su praxis diaria.



“

*Los principales expertos en Yoga Terapéutico se han unido en este Máster de Formación Permanente Semipresencial para brindarte sus profundos conocimientos en esta demandada disciplina”*

## 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 Ashtanga Yoga Progresivo
- 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. 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

### 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*

# 10 Titulación

Este programa en Yoga Terapéutico garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Máster de Formación Permanente Semipresencial expedido por TECH Universidad.





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

Este programa te permitirá obtener el título de **Máster de Formación Permanente Semipresencial en Yoga Terapéutico** emitido por TECH Universidad.

TECH es una Universidad española oficial, que forma parte del Espacio Europeo de Educación Superior (EEES). Con un enfoque centrado en la excelencia académica y la calidad universitaria a través de la tecnología.

Este título propio contribuye de forma relevante al desarrollo de la educación continua y actualización del profesional, garantizándole la adquisición de las competencias en su área de conocimiento y aportándole un alto valor curricular universitario a su formación. Es 100% válido en todas las Oposiciones, Carrera Profesional y Bolsas de Trabajo de cualquier Comunidad Autónoma española.

Además, el riguroso sistema de garantía de calidad de TECH asegura que cada título otorgado cumpla con los más altos estándares académicos, brindándole al egresado la confianza y la credibilidad que necesita para destacarse en su carrera profesional.

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

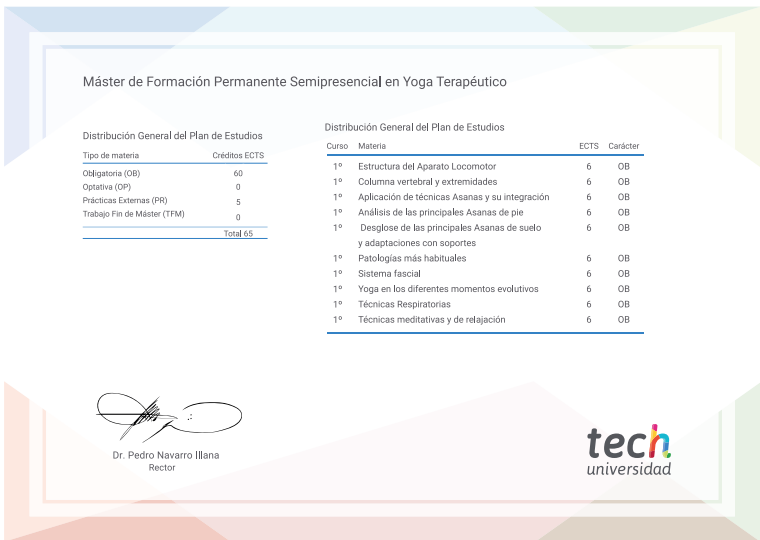


Título: **Máster de Formación Permanente Semipresencial en Yoga Terapéutico**

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

Duración: **7 meses**

Créditos: **60 + 5 ECTS**



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



**Máster de Formación  
Permanente Semipresencial  
Yoga Terapéutico**

Modalidad: Semipresencial (Online + Prácticas)

Duración: 7 meses

Titulación: TECH Universidad

Créditos: 60 + 5 ECTS

# Máster de Formación Permanente Semipresencial Yoga Terapéutico

Aval/Membresía

The background of the slide is a photograph of a person in a yoga pose, specifically a seated forward bend (Uttanasana). The person is wearing a pink long-sleeved top and dark blue leggings. Their hands are clasped together, reaching towards their feet. The image is partially obscured by diagonal geometric shapes in blue and white.

**tech**  
universidad