

Certificat Avancé

Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique

Approuvé par la NBA





Certificat Avancé

Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Diplôme: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web: www.techtitute.com/fr/science-du-sport/diplome-universite/diplome-universite-asanas-alignements-variations-utilisation-yoga-therapeutique

Sommaire

01

Présentation

Page 4

02

Objectifs

Page 8

03

Direction de la formation

Page 12

04

Structure et contenu

Page 18

05

Méthodologie

Page 24

06

Diplôme

Page 32

01

Présentation

Le Yoga a été proposé comme une alternative très efficace pour améliorer non seulement la condition physique des individus qui le pratiquent, mais aussi comme un outil thérapeutique optimal. Pour cette raison, les utilisateurs de cette discipline sont de plus en plus nombreux, et une connaissance étendue de l'exécution biomécanique des postures de cette activité est un élément de grande valeur dans le domaine du sport et de l'activité physique. C'est dans cette optique que TECH présente un diplôme qui met à jour ses étudiants dans le domaine des Asanas, Alignements et Variations, 100% en ligne, ce qui leur permet d'étudier avec flexibilité et sans horaires rigides.



“

C'est la meilleure opportunité de se développer professionnellement en tant qu'expert en Yoga. Inscrivez-vous dès maintenant et maîtrisez les Asanas et les Alignements, parmi d'autres techniques thérapeutiques de cette discipline"

En Yoga Thérapeutique, les Asanas sont adaptées aux besoins spécifiques et aux limites de chaque personne, en tenant compte de leurs conditions physiques et mentales. Bien que leur utilisation la plus répandue soit axée sur l'amélioration de la souplesse, de la circulation sanguine et de la posture des patients, leurs potentialités s'étendent aujourd'hui. Selon plusieurs recherches, ces Alignements peuvent atténuer les symptômes de maladies telles que l'Arthrite, l'Asthme, le Diabète, les pathologies cardiaques ou les maux de dos. Ces potentialités sont de plus en plus recherchées par les utilisateurs, ce qui oblige les professionnels à se tenir au courant des principales innovations dans ce domaine.

Dans ce contexte, TECH a développé ce Certificat Avancé qui fournit aux étudiants les compétences les plus récentes sur l'utilisation des Asanas pour améliorer le bien-être des athlètes et d'autres individus. Grâce à ce programme, les étudiants apprendront différentes techniques pour réduire l'inconfort musculaire et promouvoir une bonne mobilité chez les patients. En outre, le programme analyse en profondeur la biomécanique du corps humain et les stratégies permettant d'éviter les postures incorrectes pendant les exercices de Yoga Thérapeutique.

Toutes ces compétences seront acquises grâce à un programme complet où les différents Asanas et Alignements pour des articulations et des douleurs spécifiques seront examinés. Les contre-positions et leur importance seront également abordées. De même, différents soutiens et adaptations seront discutés.

Et tout cela, grâce à la méthodologie *Relearning* qui leur permettra de développer des compétences pratiques pendant le processus d'apprentissage d'une manière rapide et flexible. Ce Certificat Avancé comprend également des ressources multimédias, telles que des vidéos et des infographies, conçues pour renforcer les compétences de l'étudiant de manière plus efficace. D'autre part, ces matières seront enseignées à partir de la plateforme innovante TECH, 100% en ligne et accessible partout dans le monde à travers n'importe quel appareil connecté à internet.

Ce **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique** contient le programme scientifique le plus complet et le plus actualisé du marché. Ses caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Exercices pratiques permettant de réaliser le processus d'auto-évaluation afin d'améliorer l'apprentissage
- ♦ Il met l'accent sur les méthodologies innovantes
- ♦ Cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion internet



Avec TECH, vous serez en mesure de vous démarquer dans le domaine du Yoga et de continuer à progresser dans votre carrière professionnelle"

“

Un Certificat Avancé qui abordera tous les avantages du Yoga Thérapeutique pour prévenir des maladies telles que l'Arthrite"

Le corps enseignant du programme comprend des professionnels du secteur qui apportent à cette formation leur expérience professionnelle, ainsi que des spécialistes reconnus de sociétés de référence et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est basée sur l'Apprentissage par les Problèmes, à travers lequel l'étudiant devra essayer de résoudre les différentes situations de pratique professionnelle qui se présentent à lui tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Apprenez à votre rythme et dans le confort de votre maison les contenus que ce programme a préparés pour vous.

Maîtrisez de manière spécialisée la biomécanique des Asanas les plus utilisées dans le domaine du Yoga.



02 Objectifs

Ce Certificat Avancé se concentre sur la mise à jour des connaissances et des compétences pratiques des praticiens pour le développement correct des Asanas et des Alignements dans le Yoga Thérapeutique. En particulier, il fournira une maîtrise supérieure des techniques et des postures qui aident à améliorer l'inconfort du système locomoteur et confèrent un plus grand bien-être physique aux athlètes et autres patients. En outre, ce programme de TECH vous offre un aperçu exhaustif de la biomécanique des différentes parties du corps humain et de la manière de traiter les pathologies latentes de ces dernières.





“

Ce diplôme vous permettra de renforcer vos compétences physiques pour mettre en œuvre des Variations de posture dans le cadre de routines thérapeutiques de Yoga"



Objectifs généraux

- Intégrer les connaissances et les compétences nécessaires au développement et à l'application corrects des techniques de Thérapie par le Yoga d'un point de vue clinique
- Créer un programme de Yoga conçu et basé sur des preuves scientifiques
- Approfondir les Asanas les plus appropriées en fonction des caractéristiques de la personne et des blessures qu'elle présente
- Approfondir les études sur la biomécanique et son application aux asanas du Yoga Thérapeutique
- Décrire l'adaptation des Asanas du Yoga aux pathologies de chaque personne
- Approfondir les bases Neuro-physiologiques des techniques de méditation et de Relaxation existantes

“

*Avec ce Certificat Avancé,
vous vous rapprocherez de
l'excellence professionnelle.
Inscrivez-vous maintenant”*





Objectifs spécifiques

Module 1. Application des techniques d'Asanas et leur intégration

- ♦ Approfondir l'apport philosophique et physiologique des différents asanas
- ♦ Identifier les principes d'action minimale: Sthira , Sukham et Asanam
- ♦ Approfondir le concept des Asanas debout
- ♦ Décrire les bénéfices et les contre-indications des Asanas d'étirement
- ♦ Indiquer les avantages et les contre-indications des Asanas de rotation et de flexion latérale
- ♦ Décrire les contre-postures et savoir quand les utiliser
- ♦ Approfondir les Bandhas et leur application dans le Yoga Thérapeutique

Module 2. Analyse des principaux Asanas en position debout

- ♦ Approfondir les fondements biomécaniques de Tadasana et son importance en tant que posture de base pour d'autres Asanas debout
- ♦ Identifier les différentes variantes des salutations au soleil et leurs modifications, et comment elles affectent la biomécanique des Asanas debout
- ♦ Indiquer les principaux Asanas debout, leurs variations et comment appliquer correctement la biomécanique pour en maximiser les bénéfices
- ♦ Mettre à jour les connaissances sur les principes biomécaniques fondamentaux des principaux Asanas de flexion de la colonne vertébrale et de flexion latérale et sur la manière de les exécuter en toute sécurité et de manière efficace
- ♦ Indiquer les principaux Asanas d'équilibre et comment utiliser la biomécanique pour maintenir la stabilité et l'équilibre pendant ces postures
- ♦ Identifier les principales extensions ventrales et comment appliquer correctement la biomécanique pour en maximiser les bénéfices
- ♦ En savoir plus sur les principales postures de torsion et de hanche et sur la manière d'utiliser la biomécanique pour les exécuter en toute sécurité et de manière efficace

Module 3. Répartition des Asanas du sol principal et adaptations avec supports

- ♦ Identifier les principaux Asanas au sol, leurs variations et comment appliquer correctement la biomécanique pour maximiser leurs bénéfices
- ♦ Approfondir les principes biomécaniques fondamentaux des Asanas de fermeture et la manière de les exécuter en toute sécurité et de manière efficace
- ♦ Rafraîchir les connaissances sur les Asanas restaurateurs et sur la façon d'appliquer la biomécanique pour détendre et restaurer le corps
- ♦ Identifier les principales inversions et comment utiliser la biomécanique pour les réaliser efficacement et en toute sécurité
- ♦ Approfondir les connaissances sur les différents types de supports (blocs, ceinture et selle) et comment les utiliser pour améliorer la biomécanique des Asanas au sol
- ♦ Explorer l'utilisation d'accessoires pour adapter les Asanas à différents besoins et capacités physiques
- ♦ Approfondir les premières étapes du Yoga Restaurateur et comment appliquer la biomécanique pour détendre le corps et l'esprit

03

Direction de la formation

Ce diplôme est enseigné par un corps professoral rigoureusement sélectionné par TECH. Ainsi, l'étudiant pourra mettre à jour ses connaissances sur les techniques à suivre lors de l'exécution d'une posture, ainsi que sur la biomécanique que le corps effectue au moment de la pratique. De plus, l'étudiant élargira sa vision du contexte de cette activité, en se concentrant sur les bénéfices que le Yoga apporte au bien-être physique et mental, étant l'une des activités thérapeutiques et d'exercice les plus complètes du moment.



“

Ne manquez pas l'opportunité d'étudier avec les meilleurs professionnels du Yoga et de vous perfectionner grâce à leur accompagnement pédagogique personnalisé"

Directeur invité international

En tant que **Directrice des enseignants** et **Responsable de la formation** des instructeurs à l'Institut de Yoga Integral de New York, Dianne Galliano est l'une des figures les plus importantes dans ce domaine au niveau international. Son travail académique s'est principalement concentré sur le **yoga thérapeutique**, avec plus de 6 000 heures documentées d'enseignement et de formation continue.

Son travail comprend le mentorat, l'élaboration de protocoles et de critères de formation et la formation continue des instructeurs de l'Institut de Yoga Intégral. Elle combine ce travail avec son rôle de **thérapeute** et d'**instructrice** dans d'autres institutions telles que le 14TH Street Y, l'Integral Yoga Institute Wellness Spa et l' Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Son travail s'étend également à la **création** et à la **direction de programmes de yoga**, à l'élaboration d'exercices et à l'évaluation des difficultés qui peuvent survenir. Tout au long de sa carrière, elle a travaillé avec des profils de personnes très différents, notamment des hommes et des femmes âgés ou d'âge moyen, des personnes en période prénatale ou postnatale, des jeunes adultes et même des vétérans de guerre souffrant de divers problèmes de santé physique et mentale.

Pour chacun d'entre eux, elle effectue un travail minutieux et personnalisé, ayant traité des personnes souffrant d'ostéoporose, se remettant d'une opération cardiaque ou d'un cancer du sein, souffrant de vertiges, de douleurs dorsales, du syndrome de l' Intestin Irritable et d' Obésité. Elle est titulaire de plusieurs certifications, dont E-RYT 500 de Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) d' American Health Training et Instructrice D' Exercice Certifié du Centre de Mouvement Somatique.



Mme Galliano, Dianne

- Directrice de l'Institut de Yoga Intégral de New York, États-Unis
- Instructrice de Thérapie par le Yoga au 14TH Street Y
- Thérapeute en Yoga à l' Integral Yoga Institute Wellness Spa à New York City
- Instructrice Thérapeutique à l' Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Licence en Éducation Élémentaire de l' Université de l' État de New York
- Master en Thérapie par le Yoga de l' Université du Maryland

“

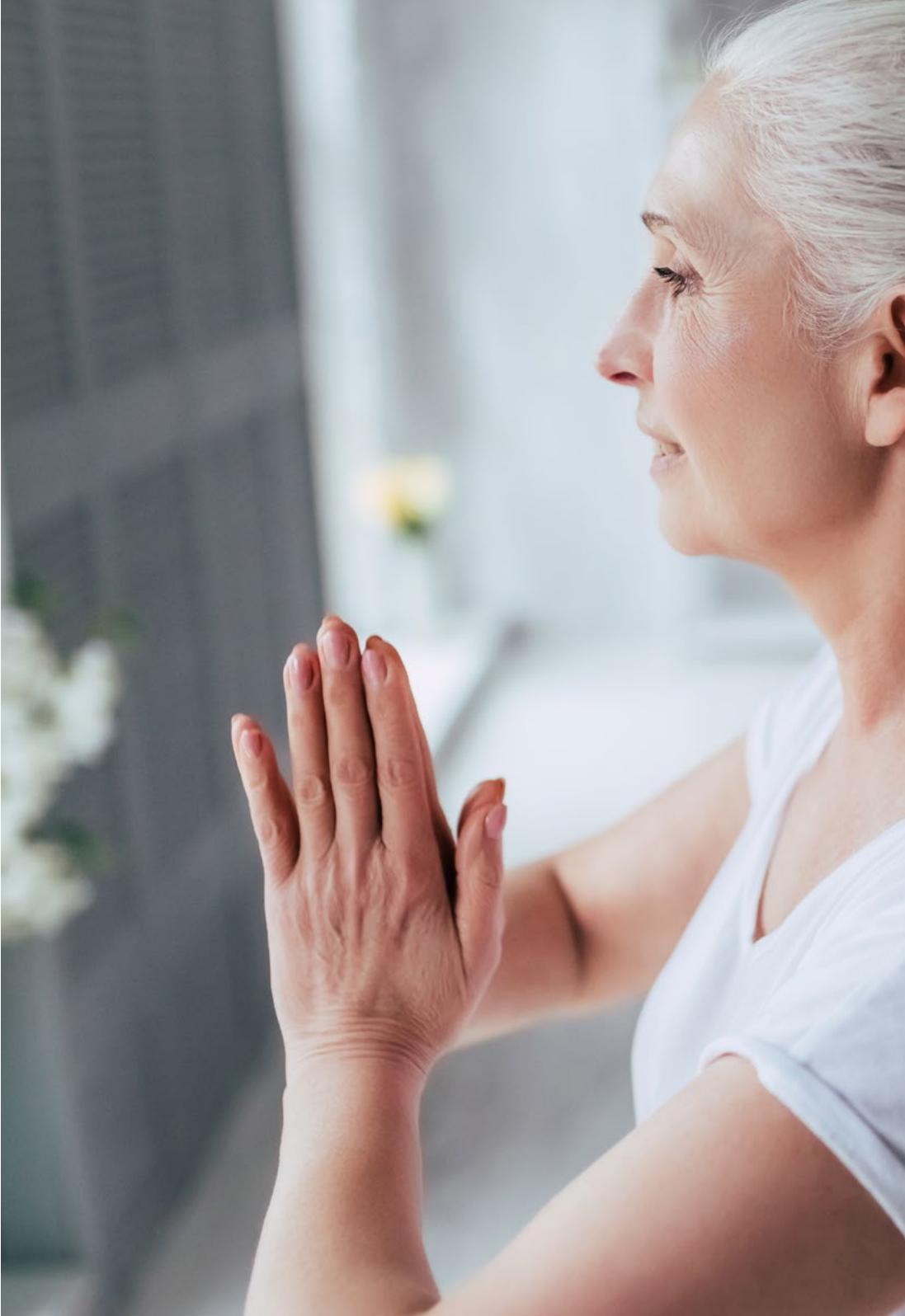
Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde"

Direction



Mme Escalona García, Zoraida

- ♦ Vice-présidente de l' Association Espagnole de Yoga Thérapeutique
- ♦ Fondatrice de la méthode *Air Core* (cours combinant le TRX et l' Entraînement Fonctionnel avec le Yoga)
- ♦ Formatrice en Thérapie par le Yoga
- ♦ Licence en Sciences Biologiques à l' Université Autonome de Madrid
- ♦ Professeure de cours de: Yoga Ashtanga Progressif, FisiomYoga, Yoga Myofascial et Yoga et Cancer
- ♦ Cours d' Instructrice de Pilates au Sol
- ♦ Cours de Phytothérapie et de Nutrition
- ♦ Cours de Professeur de Méditation



Professeurs

Mme Villalba, Vanessa

- ◆ Instructrice à Gimnasios Villalba
- ◆ Formatrice de Vinyasa Yoga et *Power Yoga* à l'Institut Européen de Yoga (IEY), Séville
- ◆ Instructrice de Yoga Aérien, Séville
- ◆ Instructrice de Yoga Intégral à l'IEY de Séville
- ◆ *Body Intelligence TM Yoga Level* à IEY Huelva
- ◆ Instructrice de Yoga pour femmes enceintes et post-partum à IEY Séville
- ◆ Instructrice de Yoga Nidra, Yoga Thérapeutique et *Shamanic Yoga*
- ◆ Instructrice de Pilates Base de la FEDA
- ◆ Instructrice de Pilates au Sol avec instruments
- ◆ Techniques Avancées en Fitness et Entraînement Personnel de la FEDA
- ◆ Instructrice *Spinning Start I* par la Fédération Espagnole de Spinning
- ◆ Instructrice de *Power Dumbell* de l'Aerobic and Fitness Association
- ◆ Chiromassage à Quirotema de l'École Supérieure de Chiromassage et de Thérapies
- ◆ Formation au Drainage Lymphatique de PRAXIS Séville

04

Structure et contenu

Le contenu de ce cours a été élaboré par d'éminents experts de l'application du Yoga en tant que méthode thérapeutique. De cette manière, l'étudiant sera informé de la nouvelle dynamique dans laquelle cette activité est développée et de l'importance qu'elle revêt pour l'amélioration de la condition physique. En outre, l'étudiant apprendra en profondeur les postures les plus utilisées dans ce domaine et les bienfaits que chacune d'entre elles apporte au bien-être de l'individu.





“

Cet itinéraire académique vous permettra de mettre à jour vos connaissances en matière de Yoga et de renforcer les techniques d'Asanas dans le but d'offrir une thérapie physique à travers cette activité"

Module 1. Application des techniques d'Asanas et leur intégration

- 1.1. Asanas
 - 1.1.1. Définition des Asanas
 - 1.1.2. Asanas dans les Yoga sutras
 - 1.1.3. Objectif plus profond des Asanas
 - 1.1.4. Asana et alignement
- 1.2. Principe de l'action minimale
 - 1.2.1. Sthira Sukham Asanasm
 - 1.2.2. Comment appliquer ce concept dans la pratique ?
 - 1.2.3. Théorie des gunas
 - 1.2.4. Influence des gunas sur la pratique
- 1.3. Asanas en position debout
 - 1.3.1. L'importance des Asanas en position debout
 - 1.3.2. Comment les travailler
 - 1.3.3. Bénéfices
 - 1.3.4. Contre-indications et considérations
- 1.4. Asanas en position assise et couchée
 - 1.4.1. Importance des Asanas assis
 - 1.4.2. Asanas assis pour la méditation
 - 1.4.3. Asanas couchés : définition
 - 1.4.4. Les bienfaits des postures couchées
- 1.5. Asanas d'extension
 - 1.5.1. Pourquoi les extensions sont-elles importantes ?
 - 1.5.2. Comment les travailler en toute sécurité
 - 1.5.3. Bénéfices
 - 1.5.4. Contre-indications
- 1.6. Asanas de flexion
 - 1.6.1. Importance de la flexion de la colonne vertébrale
 - 1.6.2. Exécution
 - 1.6.3. Bénéfices
 - 1.6.4. Erreurs courantes et comment les éviter





- 1.7. Asanas de rotation : les torsions
 - 1.7.1. Mécanisme des torsions
 - 1.7.2. Comment les exécuter correctement
 - 1.7.3. Bénéfices physiologiques
 - 1.7.4. Contre-indications
- 1.8. Asanas de flexion latérale
 - 1.8.1. Importance
 - 1.8.2. Bénéfices
 - 1.8.3. Erreurs courantes
 - 1.8.4. Contre-indications
- 1.9. Importance des contre-postures
 - 1.9.1. Qu'est-ce que c'est ?
 - 1.9.2. Quand les faire
 - 1.9.3. Avantages pendant l'entraînement
 - 1.9.4. Les contre-postures les plus utilisées
- 1.10. Bandhas
 - 1.10.1. Définition
 - 1.10.2. Principaux bandhas
 - 1.10.3. Quand les utiliser
 - 1.10.4. Bandhas et yoga thérapeutique

Module 2. Analyse des principaux Asanas en position debout

- 2.1. TadAsanas
 - 2.1.1. Importance
 - 2.1.2. Bénéfices
 - 2.1.3. Exécution
 - 2.1.4. Différence avec samasthiti
- 2.2. Salutation au soleil
 - 2.2.1. Classique
 - 2.2.2. Type a
 - 2.2.3. Type b
 - 2.2.4. Adaptations
- 2.3. Asanas en position debout
 - 2.3.1. UtkatAsanas : posture de la chaise
 - 2.3.2. AnjaneyAsanas : fente basse
 - 2.3.3. Virabhadrasanas I : guerrier I
 - 2.3.4. Utkata KonAsanas : posture de la déesse
- 2.4. Asanas en position debout flexion de la colonne vertébrale
 - 2.4.1. Adho mukha
 - 2.4.2. Pasrvotanassana
 - 2.4.3. Prasarita PadottanAsanas
 - 2.4.4. UthanAsanas
- 2.5. Asanas en flexion latérale
 - 2.5.1. Uthhita trikonAsanas
 - 2.5.2. Virabhadrasanas II Guerrier II
 - 2.5.3. ParighAsanas
 - 2.5.4. Uthhita ParsvaKonAsanas
- 2.6. Asanas d'équilibre
 - 2.6.1. Vkrisana
 - 2.6.2. Utthita à padangustAsanas
 - 2.6.3. NatarajAsanas
 - 2.6.4. GarudAsanas
- 2.7. Extensions en position couchée
 - 2.7.1. BhujangAsanas
 - 2.7.2. Urdhva Mukha SvanAsanas
 - 2.7.3. Saral BhujangAsanas : le sphinx
 - 2.7.4. ShalabhAsanas
- 2.8. Extensions
 - 2.8.1. UstrAsanas
 - 2.8.2. DhanurAsanas
 - 2.8.3. Urdhva DhanurAsanas
 - 2.8.4. Setu Bandha SarvangAsanas
- 2.9. Torsion
 - 2.9.1. Paravritta ParsvakonAsanas
 - 2.9.2. Paravritta trikonAsanas
 - 2.9.3. Paravritta Parsvotanassana
 - 2.9.4. Paravritta UtkatAsanas
- 2.10. Hanches
 - 2.10.1. MalAsanas
 - 2.10.2. Badha KonAsanas
 - 2.10.3. Upavista KonAsanas
 - 2.10.4. GomukhAsanas

Module 3. Répartition des Asanas du sol principal et adaptations avec supports

- 3.1. Asanas du sol principaux
 - 3.1.1. MarjaryAsanas- BitilAsanas
 - 3.1.2. Bénéfices
 - 3.1.3. Variantes
 - 3.1.4. DandAsanas
- 3.2. Pompes sur le dos
 - 3.2.1. PaschimottanAsanas
 - 3.2.2. Janu sirsAsanas
 - 3.2.3. Trianga Mukhaikapada PaschimottanAsanas
 - 3.2.4. KurmAsanas
- 3.3. Torsions et des inclinaisons latérales
 - 3.3.1. Ardha MatsyendrAsanas
 - 3.3.2. VakrAsanas
 - 3.3.3. BharadvajAsanasanas
 - 3.3.4. Parivrita janu janu sirsAsanas
- 3.4. Asanas de clôture
 - 3.4.1. BalAsanas
 - 3.4.2. Supta Badha KonAsanas
 - 3.4.3. Ananda BalAsanas
 - 3.4.4. Jathara ParivartanAsanas A et B
- 3.5. Inversion
 - 3.5.1. Bénéfices
 - 3.5.2. Contre-indications
 - 3.5.3. Viparita Karani
 - 3.5.4. SarvangAsanas
- 3.6. Blocs
 - 3.6.1. Qu'est-ce que c'est et comment les utiliser ?
 - 3.6.2. Variations de l'Asana en position debout
 - 3.6.3. Variantes des Asanas assis et couchés
 - 3.6.4. Variantes d'Asanas de fermeture et de restauration

- 3.7. Ceinture
 - 3.7.1. Qu'est-ce que c'est et comment les utiliser ?
 - 3.7.2. Variations de l'Asana en position debout
 - 3.7.3. Variantes des Asanas assis et couchés
 - 3.7.4. Variantes d'Asanas de fermeture et de restauration
- 3.8. Asanas sur la chaise
 - 3.8.1. Qu'est-ce que c'est ?
 - 3.8.2. Bénéfices
 - 3.8.3. Salutations au soleil sur chaise
 - 3.8.4. TadAsanas sur chaise
- 3.9. Yoga sur chaise
 - 3.9.1. Flexions
 - 3.9.2. Extensions
 - 3.9.3. Torsion et flexion
 - 3.9.4. Inversion
- 3.10. Asanas réparateurs
 - 3.10.1. Quand les utiliser
 - 3.10.2. Flexions assises et vers l'avant
 - 3.10.3. Pompes sur le dos
 - 3.10.4. Inversé et couché sur le dos



L'objectif de TECH est de vous aider à continuer à progresser dans votre domaine de travail et ce Certificat Avancé en est un exemple. Commencez dès maintenant”

05 Méthodologie

Ce programme propose une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: **Le Relearning**.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les écoles de médecine les plus prestigieuses du monde et a été considéré comme l'un des plus efficaces par des publications de premier plan telles que le **New England Journal of Medicine**.





“

Découvrez Relearning, un système qui renonce à l'apprentissage linéaire conventionnel pour vous emmener à travers des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui s'est avérée extrêmement efficace, en particulier dans les matières qui exigent la mémorisation”

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Le programme offre une méthode révolutionnaire de développement des compétences et des connaissances. Notre objectif est de renforcer les compétences dans un contexte changeant, compétitif et hautement exigeant.

“

Avec TECH, vous pourrez découvrir une façon d'apprendre qui fait avancer les fondations des universités traditionnelles du monde entier”



Vous bénéficierez d'un système d'apprentissage basé sur la répétition, avec un enseignement naturel et progressif sur l'ensemble du cursus.



L'étudiant apprendra, par des activités collaboratives et des cas réels, à résoudre des situations complexes dans des environnements commerciaux réels.

Une méthode d'apprentissage innovante et différente

Cette formation TECH est un programme d'enseignement intensif, créé de toutes pièces, qui propose les défis et les décisions les plus exigeants dans ce domaine, tant au niveau national qu'international. Grâce à cette méthodologie, l'épanouissement personnel et professionnel est stimulé, faisant ainsi un pas décisif vers la réussite. La méthode des cas, technique qui constitue la base de ce contenu, permet de suivre la réalité économique, sociale et professionnelle la plus actuelle.

“*Nous sommes la seule université en ligne qui propose des documents de Harvard comme matériel pédagogique dans ses cours*”

La méthode des cas a été le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures facultés du monde. Développée en 1912 à Harvard pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas uniquement sur la base d'un contenu théorique, la méthode des cas consistait à leur présenter des situations réelles complexes pour que les apprenants s'entraînent à les résoudre et à prendre des décisions. En 1924, elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard.

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? C'est la question à laquelle nous vous confrontons dans la méthode des cas, une méthode d'apprentissage orientée vers l'action. Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas réels. Ils devront intégrer toutes leurs connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre leurs idées et leurs décisions.

Relearning Methodology

TECH combine efficacement la méthodologie des études de cas avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, qui associe 8 éléments didactiques différents dans chaque leçon.

Nous enrichissons l'Étude de Cas avec la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le Relearning.

En 2019, nous avons obtenu les meilleurs résultats d'apprentissage de toutes les universités en ligne du monde.

À TECH, vous apprenez avec une méthodologie de pointe conçue pour former les managers du futur. Cette méthode, à la pointe de la pédagogie mondiale, est appelée Relearning.

Notre université est la seule université hispanophone autorisée à utiliser cette méthode efficace. En 2019, nous avons réussi à améliorer les niveaux de satisfaction globale de nos étudiants (qualité de l'enseignement, qualité des supports, structure des cours, objectifs...) par rapport aux indicateurs de la meilleure université en ligne.





Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire, mais se déroule en spirale (apprendre, désapprendre, oublier et réapprendre). Par conséquent, chacun de ces éléments est combiné de manière concentrique. Cette méthodologie a permis de former plus de 650.000 diplômés universitaires avec un succès sans précédent dans des domaines aussi divers que la biochimie, la génétique, la chirurgie, le droit international, les compétences en gestion, les sciences du sport, la philosophie, le droit, l'ingénierie, le journalisme, l'histoire, les marchés financiers et les instruments. Tout cela dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant des opinions: une équation directe vers le succès.

D'après les dernières données scientifiques dans le domaine des neurosciences, non seulement nous savons comment organiser les informations, les idées, les images et les souvenirs, mais nous savons aussi que le lieu et le contexte dans lesquels nous avons appris quelque chose sont fondamentaux pour notre capacité à nous en souvenir et à le stocker dans l'hippocampe, pour le conserver dans notre mémoire à long terme.

De cette façon, et dans ce que l'on appelle Neurocognitive context-dependent e-learning les différents éléments de notre programme sont liés au contexte dans lequel le participant développe sa pratique professionnelle.

Ce programme offre le meilleur matériel pédagogique, soigneusement préparé pour les professionnels:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH en ligne. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert.

La méthode "Learning from an Expert" renforce les connaissances et la mémoire, et donne confiance dans les futures décisions difficiles.



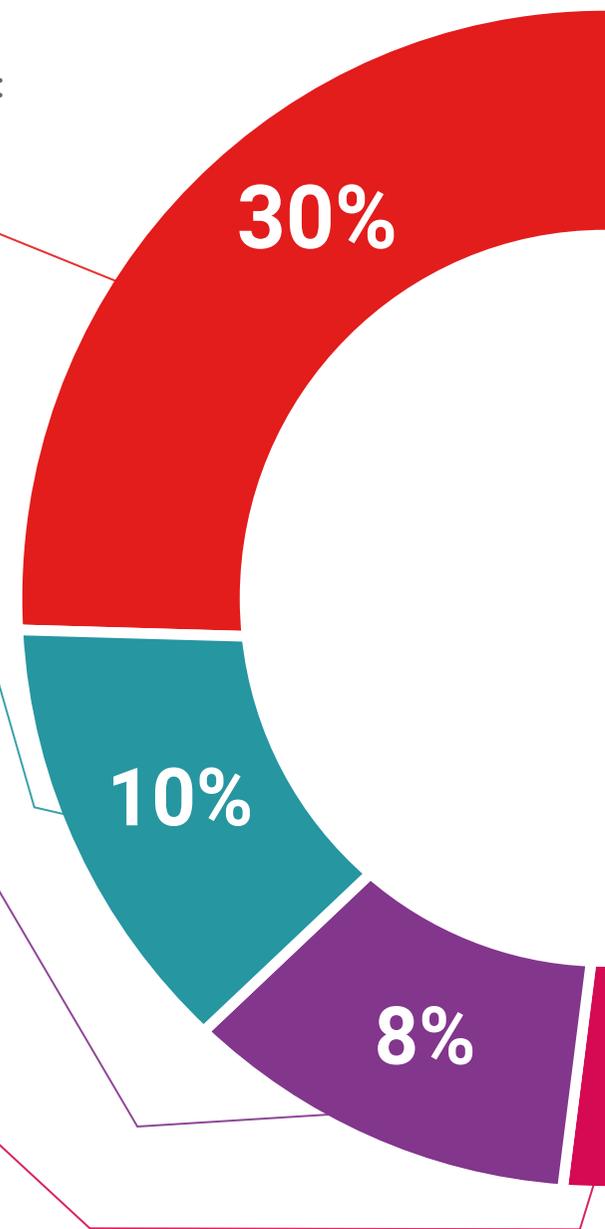
Pratique des aptitudes et des compétences

Ils réaliseront des activités visant à développer des compétences et des aptitudes spécifiques dans chaque domaine. Pratiques et dynamiques pour acquérir et développer les compétences et les capacités qu'un spécialiste doit développer dans le cadre de la mondialisation dans laquelle nous vivons.



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Case Studies

Ils réaliseront une sélection des meilleures études de cas choisies spécifiquement pour ce diplôme. Des cas présentés, analysés et tutorés par les meilleurs spécialistes de la scène internationale.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



06 Diplôme

Le Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Certificat Avancé délivré par TECH Université Technologique.



“

*Terminez ce programme avec succès
et recevez votre diplôme sans avoir
à vous soucier des déplacements ou
des formalités administratives”*

Ce **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique** contient le programme scientifique le plus complet et le actualisé du marché.

Après avoir passé l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier* avec accusé de réception son diplôme de **Certificat Avancé** délivrée par **TECH Université Technologique**.

Le diplôme délivré par **TECH Université Technologique** indiquera la note obtenue lors du Certificat Avancé, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique**

Modalité: **en ligne**

Durée: **6 mois**

Approuvé par la NBA



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formation
développement institutions
classe virtuelle langue



Certificat Avancé
Asanas, Alignements et
Variations pour son Utilisation
en Yoga Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Diplôme: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat Avancé

Asanas, Alignements et Variations pour son Utilisation en Yoga Thérapeutique

Approuvé par la NBA

