

Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico

Partnership



tech global
university



Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio)

Durata: 12 mesi

Titolo: TECH Global University

Crediti: 60 + 4 ECTS

Accesso al sito web: www.techtitude.com/it/scienze-motorie/master-semipresenziale/master-semipresenziale-yoga-terapeutico

Indice

01

Presentazione del
programma

pag. 4

02

Perché studiare in TECH?

pag. 8

03

Piano di studi

pag. 12

04

Obiettivi didattici

pag. 24

05

Tirocinio

pag. 30

06

Centri di tirocinio

pag. 36

07

Opportunità professionali

pag. 42

08

Metodologia di studio

pag. 46

09

Personale docente

pag. 56

10

Titolo

pag. 62

01

Presentazione del programma

Lo Yoga Terapeutico ha acquisito rilevanza nell'ambito della salute integrativa grazie alla sua capacità di affrontare i disturbi fisici ed emotivi da una prospettiva olistica. Secondo i dati del National Center for Complementary and Integrative Health, circa il 14,3% degli adulti ha praticato yoga nell'ultimo anno come metodo complementare per la gestione del dolore e dell'ansia. In questo contesto, questa opportunità accademica di TECH Global University nasce come risposta alla crescente domanda di professionisti capaci di applicare i principi dello yoga a fini terapeutici, integrando conoscenze anatomiche, fisiologiche e psicosociali. Con una metodologia che inizia in modalità online, il piano culmina con istanze pratiche di presenza progettate per consolidare le competenze in scenari clinici reali.





“

*Un programma completo e 100% online,
esclusivo di TECH e con una prospettiva
internazionale sostenuta dalla
nostra partnership con l'International
Association of Yoga Therapists"*

Attualmente, l'approccio terapeutico di vari disturbi fisici ed emotivi richiede approcci integrativi che favoriscano il benessere generale. In questo contesto, si è consolidata una disciplina che permette di lavorare il corpo e la mente attraverso tecniche specifiche orientate al sollievo del dolore, al recupero funzionale e al miglioramento dell'equilibrio emotivo. La sua applicazione risulta particolarmente utile in contesti di riabilitazione, gestione dello stress e accompagnamento di processi cronici, il che la rende uno strumento rilevante nell'ambito sanitario contemporaneo.

In questa prospettiva, TECH Global University ha progettato un percorso accademico che approfondirà i pilastri essenziali di questa pratica. Durante il percorso verranno affrontate in dettaglio la posizione anatomica, gli assi e i piani del corpo umano, nonché le asane e i relativi adattamenti clinici. A ciò si aggiungerà l'esplorazione di diversi stili di Yoga, consentendo una comprensione ampia e funzionale di ogni approccio secondo le esigenze dei pazienti. Questa struttura favorirà una visione precisa sia della biomeccanica corporea che della dimensione energetica del movimento cosciente.

Grazie a questo approccio specialistico, i professionisti che accedono a questo programma universitario amplieranno le loro risorse terapeutiche basate su fondamenta scientifiche e metodi adattativi. Infine, la proposta metodologica di TECH Global University combina il meglio dell'ambiente digitale con un'esperienza pratica di eccellenza. In primo luogo, sarà possibile accedere a contenuti avanzati e dinamici attraverso una piattaforma completamente online. Successivamente, è inclusa una fase pratica applicata in un'entità riconosciuta del settore. Inoltre, si dispone della presenza di un Direttore Ospite Internazionale che impartirà 10 *Master class* esclusive.

Attraverso la partnership di TECH con l'**International Association of Yoga Therapists (IAYT)**, lo studente avrà accesso a riviste accademiche digitali, una biblioteca di risorse specializzate e un profilo professionale online. Inoltre, approfitterà di sconti su conferenze e assicurazioni, oltre a collegamenti con altri terapisti attraverso l'elenco professionale. Le partnership istituzionali offrono ulteriori vantaggi che rafforzano la formazione e l'accreditamento nella terapia dello yoga.

Questo **Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico** possiede il programma universitario più completo e aggiornato del mercato. Le sue caratteristiche principali sono:

- ♦ Sviluppo di oltre 100 casi esemplificati da specialisti in Yoga Terapeutico
- ♦ Contenuti grafici, schematici ed eminentemente pratici che forniscono informazione tecnica riguardo alle discipline essenziali per l'esercizio della professione
- ♦ Piani completi di azione sistematizzata per l'applicazione dello Yoga Terapeutico in pazienti con patologie muscolo-scheletriche, respiratorie, neurologiche e stress cronico
- ♦ Presentazione di workshop pratici su tecniche diagnostiche e terapeutiche incentrate sulla valutazione posturale, l'applicazione di asana modificate ed esercizi di respirazione guidata
- ♦ Sistema di apprendimento interattivo basato su algoritmi per il processo decisionale che guida la scelta delle pratiche di Yoga Terapeutico in base alla condizione fisica ed emotiva del paziente
- ♦ Guide di pratica clinica per affrontare le diverse patologie da un approccio integrativo che incorpora lo Yoga come strumento complementare nel recupero funzionale
- ♦ Enfasi speciale sulla medicina basata su prove e metodologie di ricerca mirate a convalidare scientificamente gli effetti dello Yoga Terapeutico in diversi contesti clinici



Completa questo percorso accademico attraverso le Master class sviluppate da un Direttore Ospite Internazionale di grande prestigio"

“

Accederai a un aggiornamento delle conoscenze in un ambiente moderno e versatile, dove apprezzerai gli usi più attuali degli asana in contesti terapeutici"

In questa proposta di Master, di carattere professionalizzante e modalità semipresenziale, il programma è rivolto all'aggiornamento dei professionisti specializzati in Yoga Terapeutico che svolgono il loro lavoro in ambienti terapeutici, e che richiedono una qualificazione avanzata per offrire interventi personalizzati ed efficaci. I contenuti sono basati sulle ultime prove scientifiche e orientati in modo didattico per integrare il sapere teorico nella pratica terapeutica, e gli elementi teorico-pratici faciliteranno l'aggiornamento delle conoscenze e consentiranno il processo decisionale nella gestione del paziente.

Grazie al suo contenuto multimediale elaborato con l'ultima tecnologia educativa, permetteranno al professionista dello Yoga un apprendimento localizzato e contestuale, cioè un ambiente simulato che fornirà un apprendimento immersivo programmato per prepararsi davanti a situazioni reali. La creazione di questo programma è incentrata sull'Apprendimento Basato su Problemi, mediante il quale lo specialista deve cercare di risolvere le diverse situazioni che gli si presentano durante il corso. Lo studente potrà usufruire di un innovativo sistema di video interattivi creati da esperti di rinomata fama.

Questa qualifica universitaria rappresenta la proposta accademica più attuale del mercato e ti garantirà un aggiornamento immediato e rigoroso.

I moduli accademici di questo programma sono basati sulle ultime prove scientifiche sui vantaggi dello Yoga Terapeutico.



02

Perché studiare in TECH?

TECH è la più grande università digitale del mondo. Con un catalogo eccezionale di oltre 14.000 programmi accademici disponibili in 11 lingue, si posiziona come leader in termini di occupabilità, con un tasso di inserimento professionale del 99%. Inoltre, dispone di un enorme personale docente, composto da oltre 6.000 professori di altissimo prestigio internazionale.



“

Studia presso la più grande università digitale del mondo e assicurati il successo professionale. Il futuro inizia con TECH"

La migliore università online al mondo secondo FORBES

La prestigiosa rivista Forbes, specializzata in affari e finanza, ha definito TECH "la migliore università online del mondo". Lo hanno recentemente affermato in un articolo della loro edizione digitale, che riporta il caso di successo di questa istituzione: "grazie all'offerta accademica che offre, alla selezione del suo personale docente e a un metodo innovativo di apprendimento orientato alla formazione dei professionisti del futuro".

Il miglior personale docente internazionale top

Il personale docente di TECH è composto da oltre 6.000 docenti di massimo prestigio internazionale. Professori, ricercatori e dirigenti di multinazionali, tra cui Isaiah Covington, allenatore dei Boston Celtics; Magda Romanska, ricercatrice principale presso MetaLAB ad Harvard; Ignacio Wistumba, presidente del dipartimento di patologia molecolare traslazionale di MD Anderson Cancer Center; o D.W Pine, direttore creativo della rivista TIME, ecc.

La più grande università digitale del mondo

TECH è la più grande università digitale del mondo. Siamo la più grande istituzione educativa, con il migliore e più ampio catalogo educativo digitale, cento per cento online e che copre la maggior parte delle aree di conoscenza. Offriamo il maggior numero di titoli di studio, diplomi e corsi post-laurea nel mondo. In totale, più di 14.000 corsi universitari, in undici lingue diverse, che ci rendono la più grande istituzione educativa del mondo.



Forbes

La migliore università online del mondo

Il piano

di studi più completo

Personale docente Internazionale
TOP



La metodologia più efficace

N°1

al Mondo
La più grande università online del mondo

I piani di studio più completi del panorama universitario

TECH offre i piani di studio più completi del panorama universitario, con argomenti che coprono concetti fondamentali e, allo stesso tempo, i principali progressi scientifici nelle loro specifiche aree scientifiche. Inoltre, questi programmi sono continuamente aggiornati per garantire agli studenti l'avanguardia accademica e le competenze professionali più richieste. In questo modo, i titoli universitari forniscono agli studenti un vantaggio significativo per elevare le loro carriere verso il successo.

Un metodo di apprendimento unico

TECH è la prima università ad utilizzare il *Relearning* in tutte le sue qualifiche. Si tratta della migliore metodologia di apprendimento online, accreditata con certificazioni internazionali di qualità docente, disposte da agenzie educative prestigiose. Inoltre, questo modello accademico dirompente è integrato con il "Metodo Casistico", configurando così una strategia di insegnamento online unica. Vengono inoltre implementate risorse didattiche innovative tra cui video dettagliati, infografiche e riassunti interattivi.

L'università online ufficiale dell'NBA

TECH è l'università online ufficiale dell'NBA. Grazie ad un accordo con la più grande lega di basket, offre ai suoi studenti programmi universitari esclusivi, nonché una vasta gamma di risorse educative incentrate sul business della lega e su altre aree dell'industria sportiva. Ogni programma presenta un piano di studi con un design unico e relatori ospiti eccezionali: professionisti con una distinta carriera sportiva che offriranno la loro esperienza nelle materie più rilevanti.

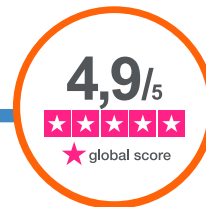
Leader nell'occupabilità

TECH è riuscita a diventare l'università leader nell'occupabilità. Il 99% dei suoi studenti ottiene un lavoro nel campo accademico che hanno studiato, prima di completare un anno dopo aver terminato uno qualsiasi dei programmi universitari. Una cifra simile riesce a migliorare la propria carriera professionale immediatamente. Tutto questo grazie ad una metodologia di studio che basa la sua efficacia sull'acquisizione di competenze pratiche, assolutamente necessarie per lo sviluppo professionale.



Google Partner Premier

Il gigante americano della tecnologia ha conferito a TECH il logo Google Partner Premier. Questo premio, accessibile solo al 3% delle aziende del mondo, conferisce valore all'esperienza efficace, flessibile e adattata che questa università offre agli studenti. Il riconoscimento non solo attesta il massimo rigore, rendimento e investimento nelle infrastrutture digitali di TECH, ma fa anche di questa università una delle compagnie tecnologiche più all'avanguardia del mondo.



L'università meglio valutata dai suoi studenti

Gli studenti hanno posizionato TECH come l'università più valutata al mondo nei principali portali di opinione, evidenziando il suo punteggio più alto di 4,9 su 5, ottenuto da oltre 1.000 recensioni. Questi risultati consolidano TECH come l'istituzione universitaria di riferimento a livello internazionale, riflettendo l'eccellenza e l'impatto positivo del suo modello educativo.



03

Piano di studi

I moduli di questo programma universitario approfondiscono i concetti chiave dello Yoga Terapeutico. Per esempio, si approfondirà il sistema fasciale, inteso come una rete funzionale che influenza la biomeccanica e l'equilibrio corporeo. Inoltre, si affronteranno gli adattamenti dello Yoga nei diversi momenti evolutivi, che permetteranno di intervenire con precisione in fasi specifiche dello sviluppo umano. A questo si aggiungeranno tecniche respiratorie applicate al controllo del dolore, alla regolazione emotiva e all'aumento della capacità polmonare. Nel complesso, questi contenuti rafforzeranno le competenze dei professionisti applicabili in contesti clinici e terapeutici specializzati.



“

TECH Global University ti fornirà una metodologia differenziata che favorirà lo sviluppo di competenze chiave in un settore caratterizzato da una costante evoluzione”

Modulo 1. Struttura dell'apparato locomotore

- 1.1. Posizione anatomica, assi e piani
 - 1.1.1. Anatomia e fisiologia del corpo umano
 - 1.1.2. Posizione anatomica
 - 1.1.3. Definizione degli assi del corpo
 - 1.1.4. I piani anatomici
- 1.2. Ossa
 - 1.2.1. Anatomia ossea del corpo umano
 - 1.2.2. Struttura e funzione delle ossa
 - 1.2.3. I diversi tipi di ossa e la loro relazione con la postura e il movimento
 - 1.2.4. Il rapporto tra sistema scheletrico e sistema muscolare
- 1.3. Articolazioni
 - 1.3.1. Anatomia e fisiologia delle articolazioni del corpo umano
 - 1.3.2. Diversi tipi di articolazione
 - 1.3.3. Il ruolo delle articolazioni nella postura e nel movimento
 - 1.3.4. Le lesioni articolari più comuni e come prevenirle
- 1.4. Cartilagine
 - 1.4.1. Anatomia e fisiologia della cartilagine del corpo umano
 - 1.4.2. I diversi tipi di cartilagine e la loro funzione nell'organismo
 - 1.4.3. Il ruolo della cartilagine nella società della mobilità
 - 1.4.4. Le lesioni più comuni nella cartilagine e la loro prevenzione
- 1.5. Tendini e legamenti
 - 1.5.1. Anatomia e fisiologia delle articolazioni del corpo umano
 - 1.5.2. I diversi tipi di tendini e legamenti e la loro funzione nel corpo
 - 1.5.3. Il ruolo di tendini e legamenti nella postura e nel movimento
 - 1.5.4. Le lesioni più comuni a tendini e legamenti e come prevenirle
- 1.6. Muscolo scheletrico
 - 1.6.1. Anatomia e fisiologia del sistema muscolo-scheletrico del corpo umano
 - 1.6.2. Il rapporto tra muscoli e ossa nella postura e nel movimento
 - 1.6.3. Il ruolo della fascia nel sistema muscolo-scheletrico e la sua relazione con la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.6.4. Gli infortuni muscolari più comuni e come prevenirli
- 1.7. Sviluppo del sistema muscolo-scheletrico
 - 1.7.1. Sviluppo embrionale e fetale del sistema muscolo-scheletrico
 - 1.7.2. Crescita e sviluppo dell'apparato muscolo-scheletrico nell'infanzia e nell'adolescenza
 - 1.7.3. Cambi muscolo-scheletrico associati all'invecchiamento
 - 1.7.4. Sviluppo e adattamento del sistema muscolo-scheletrico all'attività fisica e all'allenamento
- 1.8. Componenti del sistema muscolo-scheletrico
 - 1.8.1. Anatomia e fisiologia dei muscoli scheletrici e loro rapporto con la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.8.2. Il ruolo delle ossa nel sistema muscolo-scheletrico e la loro relazione con la postura e il movimento
 - 1.8.3. La funzione delle articolazioni del sistema muscolo-scheletrico e come prendersene cura durante la pratica della Yoga Terapeutico
 - 1.8.4. Il ruolo della fascia e degli altri tessuti connettivi nel sistema muscolo-scheletrico e la loro relazione con la pratica dello Yoga Terapeutico
- 1.9. Controllo nervoso dei muscoli scheletrici
 - 1.9.1. Anatomia e fisiologia del sistema nervoso e la sua relazione con la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.9.2. Il ruolo del sistema nervoso nella contrazione muscolare e nel controllo del movimento
 - 1.9.3. La relazione tra il sistema nervoso e l'apparato muscolo-scheletrico nella postura e nel movimento durante la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.9.4. L'importanza del controllo neuromuscolare per la prevenzione degli infortuni e il miglioramento delle prestazioni nella pratica dello Yoga Terapeutico
- 1.10. Contrazione muscolare
 - 1.10.1. Anatomia e fisiologia della contrazione muscolare e loro rapporto con la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.10.2. I diversi tipi contrazione muscolare e loro applicazione nelle la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.10.3. Il ruolo dell'attivazione neuromuscolare nella contrazione muscolare e la sua relazione con la pratica dello Yoga Terapeutico
 - 1.10.4. L'importanza del e il rafforzamento muscolare in la prevenzione delle lesioni e il miglioramento delle prestazioni nella pratica dello Yoga Terapeutico

Modulo 2. Colonna vertebrale e arti

- 2.1. Sistema muscolare
 - 2.1.1. Muscolo: unità funzionale
 - 2.1.2. Tipi di muscoli
 - 2.1.3. Muscoli tonici e fasici
 - 2.1.4. Contrazione isometrica e isotonica e la sua rilevanza negli stili di Yoga
- 2.2. Sistema nervoso
 - 2.2.1. Neuroni: unità funzionale
 - 2.2.2. Sistema Nervoso Centrale: encefalo e midollo spinale
 - 2.2.3. Sistema Nervoso Periferico Somatico: nervi
 - 2.2.4. Sistema Nervoso Periferico Autonomo: Simpatico e Parasimpatico
- 2.3. Sistema osseo
 - 2.3.1. Osteociti: unità funzionale
 - 2.3.2. Scheletro assiale e appendicolare
 - 2.3.3. Tendini
 - 2.3.4. Legamenti
- 2.4. Colonna vertebrale
 - 2.4.1. Evoluzione della colonna vertebrale e delle sue funzioni
 - 2.4.2. Struttura
 - 2.4.3. Tipo di vertebra
 - 2.4.4. Movimenti della colonna vertebrale
- 2.5. Regione cervicale e dorsale
 - 2.5.1. Vertebre cervicali: tipiche e atipiche
 - 2.5.2. Vertebre dorsali
 - 2.5.3. Muscolo principale della regione cervicale
 - 2.5.4. Muscolo principale della regione dorsale
- 2.6. Regione lombare
 - 2.6.1. Vertebre lombari
 - 2.6.2. Sacro
 - 2.6.3. Coccige
 - 2.6.4. Muscoli principali

- 2.7. Bacino
 - 2.7.1. Anatomia: differenza tra bacino maschile e femminile
 - 2.7.2. Due concetti chiave: antiversione e retroversione
 - 2.7.3. Muscoli principali
 - 2.7.4. Pavimento pelvico
- 2.8. Arti superiori
 - 2.8.1. Articolazione della spalla
 - 2.8.2. Muscoli della cuffia dei rotatori
 - 2.8.3. Braccio, gomito e avambraccio
 - 2.8.4. Muscoli principali
- 2.9. Arti inferiori
 - 2.9.1. Articolazione coxo-femorale
 - 2.9.2. Ginocchio: articolazioni tibio-femorali e rotulee
 - 2.9.3. Legamenti e menischi del ginocchio
 - 2.9.4. Muscoli dprincipali elle gambe
- 2.10. Diaframma e core
 - 2.10.1. Anatomia del diaframma
 - 2.10.2. Diaframma e respirazione
 - 2.10.3. Muscolo del "core"
 - 2.10.4. Il core e la sua importanza in Yoga

Modulo 3. Applicazione di tecniche di asana e loro integrazione

- 3.1. Asana
 - 3.1.1. Definizione di asana
 - 3.1.2. Asana nei sutra dello Yoga
 - 3.1.3. Scopo più profondo delle asana
 - 3.1.4. Asana e allineamento
- 3.2. Principio dell'azione minima
 - 3.2.1. Sthira Sukham Asanas
 - 3.2.2. Come applicare questo concetto nella pratica?
 - 3.2.3. Teoria dei guna
 - 3.2.4. Influenza dei guna sulla pratica

- 3.3. Asana in piedi
 - 3.3.1. L'importanza delle asana in piedi
 - 3.3.2. Come lavorare su di esse
 - 3.3.3. Benefici
 - 3.3.4. Controindicazioni e considerazioni
- 3.4. Asana seduti e supini
 - 3.4.1. Importanza delle asana da seduti
 - 3.4.2. Asana seduti per la meditazione
 - 3.4.3. Asana supini: definizione
 - 3.4.4. Benefici della posizione supina
- 3.5. Asana di estensione
 - 3.5.1. Perché sono importanti le estensioni?
 - 3.5.2. Come lavorarli in sicurezza
 - 3.5.3. Benefici
 - 3.5.4. Controindicazioni
- 3.6. Asana di piegamento
 - 3.6.1. Importanza della flessione spinale
 - 3.6.2. Esecuzione
 - 3.6.3. Benefici
 - 3.6.4. Errori più frequenti e come evitarle
- 3.7. Asana di rotazione: torsione
 - 3.7.1. Meccanica torsionale
 - 3.7.2. Come realizzarla correttamente
 - 3.7.3. Benefici fisiologici
 - 3.7.4. Controindicazioni
- 3.8. Asana nell'inclinazione laterale
 - 3.8.1. Importanza
 - 3.8.2. Benefici
 - 3.8.3. Errori più comuni
 - 3.8.4. Controindicazioni

- 3.9. Importanza dei contrappesi
 - 3.9.1. Cosa sono?
 - 3.9.2. Quando realizzarli
 - 3.9.3. Vantaggi durante la pratica
 - 3.9.4. Contrappesi più utilizzati
- 3.10. Bandha
 - 3.10.1. Definizione
 - 3.10.2. Principali bandha
 - 3.10.3. Quando usarli
 - 3.10.4. Bandha e Yoga Terapeutico

Modulo 4. Analisi delle principali asana in piedi

- 4.1. Tadasana
 - 4.1.1. Importanza
 - 4.1.2. Benefici
 - 4.1.3. Esecuzione
 - 4.1.4. Differenza da samasthiti
- 4.2. Saluto al sole
 - 4.2.1. Classici
 - 4.2.2. Tipo a
 - 4.2.3. Tipo b
 - 4.2.4. Adattamenti
- 4.3. Asana in piedi
 - 4.3.1. Utkatasana: posizione della sedia
 - 4.3.2. Anjaneyasana: low lunge
 - 4.3.3. Virabhadrasana I: guerriero I
 - 4.3.4. Utkata Konasana: posizione della dea
- 4.4. Asana in piedi: flessione della colonna
 - 4.4.1. Adho mukha
 - 4.4.2. Parsvottanasana
 - 4.4.3. Prasarita Padottanasana
 - 4.4.4. Uthanasana

- 4.5. Asana di flessione laterale
 - 4.5.1. Utthita trikonasana
 - 4.5.2. Virabhadrasana II: guerriero II
 - 4.5.3. Parighasana
 - 4.5.4. Utthita Parsvakonasana
- 4.6. Asana di equilibrio
 - 4.6.1. Virasana
 - 4.6.2. Utthita fino a padangusthasana
 - 4.6.3. Natarajasana
 - 4.6.4. Garudasana
- 4.7. Estensioni in posizione prona
 - 4.7.1. Bhujangasana
 - 4.7.2. Urdhva Mukha Svanasana
 - 4.7.3. Salamba Bhujangasana: sfinge
 - 4.7.4. Shalabhasana
- 4.8. Estensioni
 - 4.8.1. Ustrasana
 - 4.8.2. Dhanurasana
 - 4.8.3. Urdhva Dhanurasana
 - 4.8.4. Setu Bandha Sarvangasana
- 4.9. Torsioni
 - 4.9.1. Parivrtta parsvakonasana
 - 4.9.2. Parivrtta trikonasana
 - 4.9.3. Parivrtta parsvottanasana
 - 4.9.4. Parivrtta utkatasana
- 4.10. Fianchi
 - 4.10.1. Malasana
 - 4.10.2. Baddha Konasana
 - 4.10.3. Upavistha Konasana
 - 4.10.4. Gomukhasana

Modulo 5. Suddivisione delle principali asana a terra e adattamenti con supporti

- 5.1. Asana principali a terra
 - 5.1.1. Marjaryasana - Bitilasana
 - 5.1.2. Benefici
 - 5.1.3. Varianti
 - 5.1.4. Dandasana
- 5.2. Flessioni in posizione supina
 - 5.2.1. Paschimottanasana
 - 5.2.2. Janu sirsasana
 - 5.2.3. Trianga Mukhaikapada Paschimottanasana
 - 5.2.4. Kurmasana
- 5.3. Torsioni e piegamenti laterali
 - 5.3.1. Ardha Matsyendrasana
 - 5.3.2. Vakrasana
 - 5.3.3. Bharadvajasana
 - 5.3.4. Parivrita janu sirsasana
- 5.4. Asana di chiusura
 - 5.4.1. Balasana
 - 5.4.2. Supta Badha Konasana
 - 5.4.3. Ananda Balasana
 - 5.4.4. Jathara Parivartanasana A e B
- 5.5. Inversione
 - 5.5.1. Benefici
 - 5.5.2. Controindicazioni
 - 5.5.3. Viparita Karani
 - 5.5.4. Sarvangasana
- 5.6. Blocchi
 - 5.6.1. Cosa sono e come usarli?
 - 5.6.2. Varianti delle asana in piedi
 - 5.6.3. Varianti di asana seduti e supini
 - 5.6.4. Varianti di asana di chiusura e di restauro

- 5.7. Cintura
 - 5.7.1. Cosa sono e come usarli?
 - 5.7.2. Varianti delle asana in piedi
 - 5.7.3. Varianti di asana seduti e supini
 - 5.7.4. Varianti di asana di chiusura e di restauro
- 5.8. Asana su sedia
 - 5.8.1. Che cos'è?
 - 5.8.2. Benefici
 - 5.8.3. Saluti al sole su una sedia
 - 5.8.4. Sedia Tadasana
- 5.9. Yoga su sedia
 - 5.9.1. Flessioni
 - 5.9.2. Estensioni
 - 5.9.3. Torsioni e inclinazioni
 - 5.9.4. Invertita
- 5.10. Asana di riposo
 - 5.10.1. Quando usarla
 - 5.10.2. Flessioni seduti e in avanti
 - 5.10.3. Flessioni alla schiena
 - 5.10.4. Invertita e supina

Modulo 6. Patologie più comuni

- 6.1. Patologia spinale
 - 6.1.1. Protusioni
 - 6.1.2. Ernie
 - 6.1.3. Iperlordosi
 - 6.1.4. Rettifiche
- 6.2. Malattie degenerative
 - 6.2.1. Artrosi
 - 6.2.2. Distrofia muscolare
 - 6.2.3. Osteoporosi
 - 6.2.4. Spondilosi

- 6.3. Lombalgia e sciatica
 - 6.3.1. Lombalgia
 - 6.3.2. Sciatica
 - 6.3.3. Sindrome piramidale
 - 6.3.4. Trocanterite
- 6.4. Scoliosi
 - 6.4.1. Capire la scoliosi
 - 6.4.2. Tipologie
 - 6.4.3. Cosa dobbiamo fare
 - 6.4.4. Cose da evitare
- 6.5. Disallineamento del ginocchio
 - 6.5.1. Genu valgo
 - 6.5.2. Genu varo
 - 6.5.3. Genu flexo
 - 6.5.4. Genu recurvatum
- 6.6. Spalla e gomito
 - 6.6.1. Borsite
 - 6.6.2. Sindrome subacromiale
 - 6.6.3. Epicondilita
 - 6.6.4. Epitrocleite
- 6.7. Ginocchio
 - 6.7.1. Dolore femoro-rotuleo
 - 6.7.2. Condropatia
 - 6.7.3. Lesioni al menisco
 - 6.7.4. Tendinite del piede d'oca
- 6.8. Polsi e caviglie
 - 6.8.1. Tunnel carpale
 - 6.8.2. Distorsioni
 - 6.8.3. Calli
 - 6.8.4. Piedi piatti e cavi



- 6.9. Basi posturali
 - 6.9.1. Diversi livelli
 - 6.9.2. Tecnica a piombo
 - 6.9.3. Sindrome del crociato superiore
 - 6.9.4. Sindrome del crociato inferiore
- 6.10. Malattie autoimmuni
 - 6.10.1. Definizione
 - 6.10.2. Lupus
 - 6.10.3. Malattia di Chron
 - 6.10.4. Artrite

Modulo 7. Sistema fasciale

- 7.1. Fascia
 - 7.1.1. Storia
 - 7.1.2. Fascia vs. Aponeurosi
 - 7.1.3. Tipologie
 - 7.1.4. Funzioni
- 7.2. Tipi di meccanorecettori e loro importanza nei diversi stili di Yoga
 - 7.2.1. Importanza
 - 7.2.2. Golgi
 - 7.2.3. Paccini
 - 7.2.4. Ruffini
- 7.3. Catene miofasciali
 - 7.3.1. Definizione
 - 7.3.2. Importanza nello Yoga
 - 7.3.3. Concetto di tensegrità
 - 7.3.4. I tre diaframmi
- 7.4. LPS: Linea posteriore superficiale
 - 7.4.1. Definizione
 - 7.4.2. Percorsi anatomici
 - 7.4.3. Posture passive
 - 7.4.4. Posture attive

- 7.5. LAS: linea anteriore superficiale
 - 7.5.1. Definizione
 - 7.5.2. Percorsi anatomici
 - 7.5.3. Posture passive
 - 7.5.4. Posture attive
- 7.6. LL: linea laterale
 - 7.6.1. Definizione
 - 7.6.2. Percorsi anatomici
 - 7.6.3. Posture passive
 - 7.6.4. Posture attive
- 7.7. Linea a spirale
 - 7.7.1. Definizione
 - 7.7.2. Percorsi anatomici
 - 7.7.3. Posture passive
 - 7.7.4. Posture attive
- 7.8. Linee funzionali
 - 7.8.1. Definizione
 - 7.8.2. Percorsi anatomici
 - 7.8.3. Posture passive
 - 7.8.4. Posture attive
- 7.9. Linee braccia
 - 7.9.1. Definizione
 - 7.9.2. Percorsi anatomici
 - 7.9.3. Posture passive
 - 7.9.4. Posture attive
- 7.10. Principali squilibri
 - 7.10.1. Modello ideale
 - 7.10.2. Gruppo di flessione ed estensione
 - 7.10.3. Gruppo di apertura e chiusura
 - 7.10.4. Schema inspiratorio ed espiratorio

Modulo 8. Yoga nei diversi momenti evolutivi

- 8.1. Infanzia
 - 8.1.1. Perché è importante?
 - 8.1.2. Benefici
 - 8.1.3. Com'è una classe
 - 8.1.4. Esempio di saluto al sole adattato
- 8.2. Le donne e il ciclo mestruale
 - 8.2.1. Fase mestruale
 - 8.2.2. Fase follicolare
 - 8.2.3. Fase ovulatoria
 - 8.2.4. Fase luteale
- 8.3. Yoga e ciclo mestruale
 - 8.3.1. Sequenza della fase follicolare
 - 8.3.2. Sequenza della fase ovulatoria
 - 8.3.3. Sequenza della fase luteale
 - 8.3.4. Sequenza durante le mestruazioni
- 8.4. Menopausa
 - 8.4.1. Considerazioni generali
 - 8.4.2. Cambiamenti fisici e ormonali
 - 8.4.3. Benefici della pratica
 - 8.4.4. Asana consigliate
- 8.5. Gravidanza
 - 8.5.1. Perché praticarlo
 - 8.5.2. Asana del primo trimestre
 - 8.5.3. Asana del secondo trimestre
 - 8.5.4. Asana del terzo trimestre
- 8.6. Post parto
 - 8.6.1. Benefici fisici
 - 8.6.2. Benefici mentali
 - 8.6.3. Raccomandazioni generali
 - 8.6.4. Pratica con il bambino

- 8.7. Terza età
 - 8.7.1. Principali patologie che incontreremo
 - 8.7.2. Benefici
 - 8.7.3. Considerazioni generali
 - 8.7.4. Controindicazioni
- 8.8. Disabilità fisica
 - 8.8.1. Danno cerebrale
 - 8.8.2. Danno al midollo spinale
 - 8.8.3. Danno muscolare
 - 8.8.4. Come progettare una lezione
- 8.9. Disabilità sensoriale
 - 8.9.1. Sonora
 - 8.9.2. Visiva
 - 8.9.3. Sensoriale
 - 8.9.4. Come progettare una sequenza
- 8.10. Considerazioni generali sulle disabilità più comuni che incontreremo
 - 8.10.1. Sindrome di Down
 - 8.10.2. Autismo
 - 8.10.3. Paralisi cerebrale
 - 8.10.4. Disturbo dello sviluppo intellettivo

Modulo 9. Tecniche respiratorie

- 9.1. Pranayama
 - 9.1.1. Definizione
 - 9.1.2. Origine
 - 9.1.3. Benefici
 - 9.1.4. Concetto di prana
- 9.2. Tipi di respirazione
 - 9.2.1. Addominale
 - 9.2.2. Toracica
 - 9.2.3. Clavicolare
 - 9.2.4. Respirazione yogica completa

- 9.3. Purificazione dei condotti dell'energia pranica o nadi
 - 9.3.1. Cosa sono le nadi?
 - 9.3.2. Sushuma
 - 9.3.3. Ida
 - 9.3.4. Pindala
- 9.4. Ispirazione: puraka
 - 9.4.1. Ispirazione addominale
 - 9.4.2. Ispirazione diaframmatica/costale
 - 9.4.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 9.4.4. Rapporto con i bandhas
- 9.5. Scadenza rechaka
 - 9.5.1. Espirazione addominale
 - 9.5.2. Espirazione diaframmatica/costale
 - 9.5.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 9.5.4. Rapporto con i bandhas
- 9.6. Ritenzioni: kumbakha
 - 9.6.1. Anthara Kumbhaka
 - 9.6.2. Bahya kumbhaka
 - 9.6.3. Considerazioni generali e controindicazioni
 - 9.6.4. Rapporto con i bandhas
- 9.7. Pranayama di purificazione
 - 9.7.1. Dauti
 - 9.7.2. Anunasika
 - 9.7.3. Nadi Shodana
 - 9.7.4. Bhramari
- 9.8. Pranayama stimolanti e rinfrescanti
 - 9.8.1. Kapalabhati
 - 9.8.2. Bastrika
 - 9.8.3. Ujjayi,
 - 9.8.4. Shitali

9.9. Pranayama rigenerativi

9.9.1. Surya bheda

9.9.2. Kumbaka

9.9.3. Samavritti

9.9.4. Mridanga

9.10. Mudra

9.10.1. Cosa sono?

9.10.2. Vantaggi e quando incorporarli

9.10.3. Significato di ogni dito

9.10.4. I principali mudra utilizzati nella pratica

Modulo 10. Tecniche di meditazione e rilassamento

10.1. Mantra

10.1.1. Cosa sono?

10.1.2. Benefici

10.1.3. Mantra di apertura

10.1.4. Mantra di chiusura

10.2. Aspetti interni dello Yoga

10.2.1. Pratyahara

10.2.2. Dharana

10.2.3. Dhyana

10.2.4. Samadhi

10.3. Meditazione

10.3.1. Definizione

10.3.2. Postura

10.3.3. Benefici

10.3.4. Controindicazioni

10.4. Onde cerebrali

10.4.1. Definizione

10.4.2. Classificazione

10.4.3. Dal sonno alla veglia

10.4.4. Durante la meditazione





- 10.5. Tipi di meditazione
 - 10.5.1. Spiritualità
 - 10.5.2. Visualizzazione
 - 10.5.3. Buddista
 - 10.5.4. Movimento
- 10.6. Tecniche di meditazione 1
 - 10.6.1. Meditazione per realizzare il proprio desiderio
 - 10.6.2. Meditazione del cuore
 - 10.6.3. Meditazione Kokyuhoo
 - 10.6.4. Meditazione sul sorriso interiore
- 10.7. Tecniche di meditazione 2
 - 10.7.1. Meditazione di pulizia dei chakra
 - 10.7.2. Meditazione amorevole
 - 10.7.3. Meditazione doni del presente
 - 10.7.4. Meditazione silenziosa
- 10.8. Mindfulness
 - 10.8.1. Definizione
 - 10.8.2. In cosa consiste?
 - 10.8.3. Come si applica
 - 10.8.4. Tecniche
- 10.9. Rilassamento/savasana
 - 10.9.1. Posizione di chiusura delle classi
 - 10.9.2. Come realizzarlo e impostazioni
 - 10.9.3. Benefici
 - 10.9.4. Come guidare il rilassamento
- 10.10. Yoga nidra
 - 10.10.1. Che cos'è lo yoga nidra?
 - 10.10.2. Com'è una sessione?
 - 10.10.3. Fasi
 - 10.10.4. Esempio di sessione

04

Obiettivi didattici

Questa qualifica universitaria è orientata allo sviluppo di competenze applicabili all'approccio integrale del benessere fisico e mentale attraverso lo Yoga Terapeutico. Attraverso contenuti avanzati, sarà facilitata la padronanza delle tecniche di meditazione silenziosa, strategie di rilassamento profondo e pratiche meditative guidate. Inoltre, sarà promossa una comprensione funzionale del corpo dalla quiete e dall'osservazione cosciente, elementi fondamentali nei processi di recupero emotivo e regolazione del sistema nervoso. Grazie ad un approccio strutturato e progressivo, si favorirà l'acquisizione di strumenti utili per intervenire in modo efficace nei contesti terapeutici.



“

Mantieniti aggiornato sulle più recenti applicazioni di Mindfulness e i suoi vantaggi per ridurre lo stress nei bambini e negli adulti attraverso questo programma di TECH"



Obiettivo generale

- Questo Master Semipresenziale ha come obiettivo principale fornire ai professionisti competenze essenziali per applicare lo Yoga Terapeutico. Tra queste, spicca la capacità di utilizzare l'ispirazione diaframmatica come risorsa per modulare la risposta autonoma e migliorare la funzione respiratoria. Si rafforzerà anche la capacità di progettare sequenze specifiche, adattate alle diverse esigenze. A questo si aggiungerà la comprensione funzionale dei mecanorrecettori, che permetterà agli studenti di regolare la pratica in base allo stile di Yoga utilizzato e alla sensibilità propriocettiva dell'individuo. Insieme, queste competenze consolideranno un intervento terapeutico più efficace e personalizzato



Farai parte di una proposta con metodologia online e approccio pratico, basata su conoscenze trasmesse da esperti"





Obiettivi specifici

Modulo 1. Struttura dell'apparato locomotore

- ♦ Approfondire l'anatomia e la fisiologia dei sistemi scheletrico, muscolare e articolare del corpo umano
- ♦ Identificare le diverse strutture e funzioni dell'apparato locomotore e le loro interrelazioni
- ♦ Esplorare le diverse posture e i movimenti del corpo umano e capire come influenzano la struttura dell'apparato locomotore
- ♦ Conoscere le lesioni più comuni dell'apparato muscolo-scheletrico e come prevenirle

Modulo 2. Colonna vertebrale e arti

- ♦ Descrivere il sistema muscolare, nervoso e scheletrico
- ♦ Approfondire l'anatomia e le funzioni della colonna vertebrale
- ♦ Approfondire la fisiologia dell'anca
- ♦ Descrivere la morfologia degli arti superiori e inferiori

Modulo 3. Applicazione di tecniche di asana e loro integrazione

- ♦ Approfondire il contributo filosofico e fisiologico delle diverse Asana
- ♦ Identificare i principi dell'azione minima: sthira, sukham e asanam
- ♦ Descrivere i benefici e le controindicazioni delle Asana di stretching
- ♦ Indicare i benefici e le controindicazioni delle Asana di rotazione e di flessione laterale

Modulo 4. Analisi delle principali asana in piedi

- ♦ Approfondire i fondamenti biomeccanici di Tadasana e la sua importanza come postura di base per altre asana in piedi
- ♦ Identificare le diverse varianti dei saluti al sole e le loro modifiche, e come influenzano la biomeccanica delle asana in piedi
- ♦ Indicare le principali asana in piedi, le loro varianti e come applicare correttamente la biomeccanica per massimizzarne i benefici
- ♦ Aggiornare le conoscenze sui fondamenti biomeccanici delle principali asana di flessione spinale e di flessione laterale e su come eseguirle in modo sicuro ed efficace.

Modulo 5. Suddivisione delle principali asana a terra e adattamenti con supporti

- ♦ Identificare le principali asana a terra, le loro variazioni e come applicare correttamente la biomeccanica per massimizzarne i benefici
- ♦ Approfondire i fondamenti biomeccanici delle asana di chiusura e come eseguirle in modo sicuro ed efficace

Modulo 6. Patologie più comuni

- ♦ Identificare le patologie spinali più comuni e come adattare la pratica dello yoga per evitare infortuni
- ♦ Riconoscere i disallineamenti e le lesioni del ginocchio e come adattare la pratica dello Yoga per prevenirli e migliorare il recupero



Modulo 7. Sistema fasciale

- ♦ Approfondire la storia e il concetto di fascia e la sua importanza nella pratica dello Yoga
- ♦ Approfondire i diversi tipi di meccanocettori presenti nella fascia e come applicarli nei diversi stili di Yoga
- ♦ Sottolineare la necessità di applicare il termine fascia nelle lezioni di yoga per una pratica più efficace e consapevole
- ♦ Esplorare l'origine e lo sviluppo del termine tensegrità e la sua applicazione nella pratica dello Yoga

Modulo 8. Yoga nei diversi momenti evolutivi

- ♦ Approfondire le diverse esigenze del corpo e la pratica dello Yoga in diversi momenti della vita, come l'infanzia, l'età adulta e la terza età
- ♦ Esplorare come la pratica dello Yoga possa aiutare le donne durante il ciclo mestruale e la menopausa e come adattare la pratica alle loro esigenze
- ♦ Identificare l'adeguatezza della pratica dello Yoga per le persone con particolari esigenze fisiche e/o sensoriali e come adattare la pratica per soddisfare le loro esigenze
- ♦ Identificare e applicare le migliori pratiche per garantire la sicurezza e il benessere durante la pratica dello yoga in diverse fasi dello sviluppo e situazioni speciali

Modulo 9. Fisiologia delle tecniche respiratorie

- ♦ Descrivere la fisiologia del sistema respiratorio e il suo rapporto con la pratica del pranayama
- ♦ Identificare le diverse componenti della respirazione, come inspirazione, espirazione e ritenzione, e come ognuna di esse influisce sulla fisiologia del corpo
- ♦ Approfondire i concetti di canali energetici, o nadi, e il loro rapporto con la fisiologia del respiro e la pratica del pranayama
- ♦ Descrivere i diversi tipi di pranayama e come influiscono sulla fisiologia del corpo e della mente

Modulo 10. Basi neurofisiologiche delle tecniche di meditazione e rilassamento

- ♦ Descrivere le basi neurofisiologiche delle tecniche meditative e di rilassamento nella pratica dello Yoga
- ♦ Identificare gli aspetti interni della filosofia Yoga, tra cui Pratyahara, Dharana, Dhyana e Samadhi, e il loro rapporto con la meditazione
- ♦ Indagare i diversi tipi di onde cerebrali e il modo in cui si verificano nel cervello durante la meditazione
- ♦ Identificare i diversi tipi di meditazione e le tecniche guidate, e come vengono applicate nella pratica dello Yoga

05

Tirocinio

Al termine del periodo online, il professionista proseguirà il suo percorso accademico presso un'istituzione di riferimento, dove avrà la possibilità di arricchire le sue conoscenze attraverso l'applicazione pratica in un ambiente specializzato. Questa fase sarà accompagnata da un tutor, che guiderà ogni attività sulla base di criteri clinici e terapeutici, assicurando una coerente integrazione tra i contenuti teorici e l'esperienza diretta.



“

Potenzierai le tue prestazioni professionali attraverso un tirocinio pratico di 3 settimane, focalizzato sull'applicazione delle tecniche più efficaci dello Yoga Terapeutico"

Il periodo di formazione pratica di questo programma universitario in Yoga Terapeutico è composto da un soggiorno intensivo di 3 settimane in una prestigiosa entità specializzata, con giornate dal lunedì al venerdì di 8 ore consecutive, sempre accompagnati da un tutor esperto. Questa esperienza permetterà agli studenti di applicare in un ambiente clinico reale, insieme a un team di professionisti di riferimento nel campo dello Yoga Terapeutico. Applicheranno le tecniche più innovative per trattare e promuovere la salute fisica ed emotiva dei pazienti.

In questa proposta di formazione, di carattere completamente pratico, le attività si concentrano sullo sviluppo e il perfezionamento delle competenze necessarie per applicare lo Yoga Terapeutico in diversi contesti clinici, che richiedono un alto livello di qualificazione. Le pratiche saranno orientate a formare gli studenti per intervenire in modo efficace negli ambienti terapeutici, migliorando la qualità della vita dei pazienti.

In questo modo, il programma universitario si presenta come un'opportunità unica per i professionisti di specializzarsi in un ambiente tecnologicamente avanzato. Inoltre, avranno l'opportunità di integrare le procedure dello Yoga Terapeutico in scenari reali, in strutture dotate delle risorse più avanzate, che permetteranno loro di perfezionare e ottimizzare le proprie competenze in un contesto pratico e dinamico.

La fase pratica prevede la partecipazione attiva dello studente che svolgerà le attività e le procedure di ogni area di competenza (imparare a imparare e imparare a fare), con l'accompagnamento e la guida del personale docente e degli altri compagni di corso che facilitano il lavoro di squadra e l'integrazione multidisciplinare come competenze trasversali per la pratica terapeutica (imparare a essere e imparare a relazionarsi).

Le procedure descritte qui di seguito saranno la base della parte pratica della formazione, e la loro realizzazione sarà soggetta alla disponibilità propria del centro ed al suo volume di lavoro, essendo le attività proposte come segue:



Collaborerai con esperti riconosciuti in un'entità di prestigio, dotata delle risorse più avanzate"



Modulo	Attività Pratica
Implementazione di posture di Yoga e la loro integrazione	Praticare asana in piedi, concentrandosi su allineamento e stabilità
	Eseguire asana di flessione della colonna, prestando attenzione alla corretta esecuzione
	Eseguire asana di torsione, osservando la meccanica della postura
	Integrare i bandha nella pratica, applicandoli durante le posizioni chiave
Pratica di asana a terra con adattamenti di supporto per facilitare la postura	Praticare MarjaryAsanas e BitilAsanas con supporto di blocco per un maggiore allineamento
	Eseguire asana di flessione supina, come PaschimottanAsanas, utilizzando cinture per maggiore profondità
	Eseguire torsioni come Ardha MatsyendrAsane adattate con l'uso di una sedia
	Integrare asana restaurativa, come flessioni seduti e in avanti, con adeguato supporto per il rilassamento
Sviluppo di interventi terapeutici per le condizioni più prevalenti	Applicare tecniche di Yoga terapeutico per alleviare patologie della colonna vertebrale
	Implementare pratiche restaurative per il trattamento delle malattie degenerative
	Sviluppare sequenze specifiche per la gestione della lombalgia e sciatica
	Eseguire interventi terapeutici per migliorare l'allineamento di ginocchia e spalle
Applicazione di esercizi di respirazione per migliorare la funzione respiratoria	Eseguire tecniche di pranayama per bilanciare l'energia vitale
	Esercitare la respirazione addominale e toracica per aumentare la capacità polmonare
	Eseguire purificanti pranayama, come Nadi Shodana, per migliorare il flusso energetico
	Esplorare diversi mudra per approfondire la connessione mente-corpo durante la pratica

Assicurazione di responsabilità civile

La preoccupazione principale dell'università è quella di garantire la sicurezza sia dei tirocinanti sia degli altri agenti che collaborano ai processi di tirocinio in azienda. All'interno delle misure rivolte a questo fine ultimo, esiste la risposta a qualsiasi incidente che possa verificarsi durante il processo di insegnamento-apprendimento.

A tal fine, l'università si impegna a stipulare un'assicurazione di responsabilità civile che copra qualsiasi eventualità che possa sorgere durante lo svolgimento del tirocinio presso il centro.

La polizza di responsabilità civile per i tirocinanti deve garantire una copertura assicurativa completa e deve essere stipulata prima dell'inizio del periodo di tirocinio. Grazie a questa garanzia, il professionista si sentirà privo di ogni tipo di preoccupazione nel caso di eventuali situazioni impreviste che possano sorgere durante il tirocinio e potrà godere di una copertura assicurativa fino al termine dello stesso.



Condizioni generali del tirocinio

Le condizioni generali relative alla stipulazione del contratto di tirocinio del suddetto programma sono le seguenti:

1. TUTORAGGIO: durante il Master Semipresenziale agli studenti verranno assegnati due tutor che li seguiranno durante tutto il percorso, risolvendo eventuali dubbi e domande che potrebbero sorgere. Da un lato, lo studente disporrà di un tutor professionale appartenente al centro di inserimento lavorativo che lo guiderà e lo supporterà in ogni momento. Dall'altro lato, lo studente disporrà di un tutor accademico che avrà il compito di coordinare e aiutare lo studente durante l'intero processo, risolvendo i dubbi e fornendogli quello di cui può aver bisogno. In questo modo, il professionista sarà accompagnato in ogni momento e potrà risolvere tutti gli eventuali dubbi, sia di natura pratica che accademica.

2. DURATA: il programma del tirocinio avrà una durata di tre settimane consecutive di preparazione pratica, distribuite in giornate di 8 ore lavorative, per cinque giorni alla settimana. I giorni di frequenza e l'orario saranno di competenza del centro, che informerà debitamente e preventivamente il professionista, con un sufficiente anticipo per facilitarne l'organizzazione.

3. ASSENZE: in caso di mancata presentazione il giorno di inizio del Master Semipresenziale, lo studente perderà il diritto allo stesso senza possibilità di rimborso o di modifica di date. L'assenza per più di due giorni senza un giustificato motivo/certificato medico comporterà la rinuncia dello studente al tirocinio e, pertanto, la relativa automatica cessazione. In caso di ulteriori problemi durante lo svolgimento del tirocinio, dovranno essere debitamente e urgentemente segnalati al tutor accademico.

4. CERTIFICAZIONE: lo studente che supererà il Master Semipresenziale riceverà un certificato che attesterà il tirocinio svolto presso il centro in questione.

5. RAPPORTO DI LAVORO: il Master Semipresenziale non costituisce un rapporto di lavoro di alcun tipo.

6. STUDI PRECEDENTI: alcuni centri potranno richiedere un certificato di studi precedenti per la partecipazione al Master Semipresenziale. In tal caso, sarà necessario esibirlo al dipartimento tirocini di TECH affinché venga confermata l'assegnazione del centro prescelto.

7. NON INCLUDE: il Master Semipresenziale non includerà nessun elemento non menzionato all'interno delle presenti condizioni. Pertanto, non sono inclusi alloggio, trasporto verso la città in cui si svolge il tirocinio, visti o qualsiasi altro servizio non menzionato.

Tuttavia, gli studenti potranno consultare il proprio tutor accademico per qualsiasi dubbio o raccomandazione in merito. Egli fornirà tutte le informazioni necessarie per semplificare le procedure.

06

Centri di tirocinio

TECH Global University offrirà agli studenti l'opportunità di specializzarsi in un prestigioso centro, dove potranno mettere in pratica le conoscenze acquisite nello Yoga Terapeutico. Grazie ad una rete di istituzioni partner a livello nazionale, il professionista sarà in grado di svolgere attività pratiche in diversi ambienti, che gli permetteranno di applicare le tecniche terapeutiche apprese in contesti reali. Questa esperienza, supportata dalla qualità e dal riconoscimento delle istituzioni partner, gli permetterà di perfezionare le sue competenze e ampliare il suo approccio nel campo dello Yoga Terapeutico, preparando gli studenti ad affrontare una vasta gamma di situazioni e bisogni.



“

Svolgerai il tuo tirocinio in un'istituzione di prestigio, che ti permetterà di acquisire competenze avanzate per aumentare l'eccellenza della tua pratica professionale"

Gli studenti potranno svolgere il tirocinio di questo Master Semipresenziale presso i seguenti centri:



Scienze Motorie

Club Metropolitan Sagrada Familia

Paese	Città
Spagna	Barcellona

Indirizzo: C/ de Provenza, 408, 08025 Barcelona

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere in Spagna

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Iradier

Paese	Città
Spagna	Barcellona

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere in Spagna

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Balmes

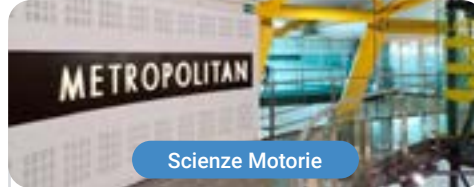
Paese	Città
Spagna	Barcellona

Indirizzo: C/ de Balmes, 215, 08006 Barcelona

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Las Arenas

Paese	Città
Spagna	Barcellona

Indirizzo: Gran Via de les Corts Catalanes, 373, 385, 08015 Barcelona

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Galileo

Paese	Città
Spagna	Barcellona

Indirizzo: C/ de Galileo, 186, 08028 Barcelona

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Badalona

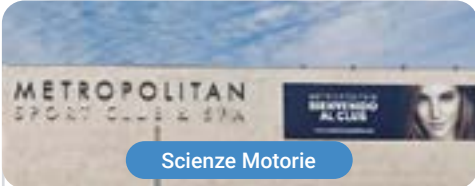
Paese	Città
Spagna	Barcellona

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere in Spagna

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Gran Vía

Paese	Città
Spagna	Barcellona

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Abascal

Paese	Città
Spagna	Madrid

Indirizzo: Calle de José Abascal, 46, 28003 Madrid

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere in Spagna

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Eurobuilding

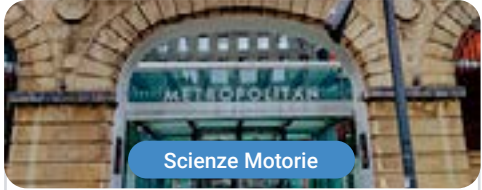
Paese	Città
Spagna	Madrid

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere in Spagna

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Isozaki

Paese	Città
Spagna	Vizcaya

Indirizzo: Paseo Uribarte, 4, Ext, 48001 Bilbao, Vizcaya

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Begoña

Paese	Città
Spagna	Vizcaya

Indirizzo: Masustegi Kalea, 25, 48006 Bilbao, Vizcaya

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Romareda

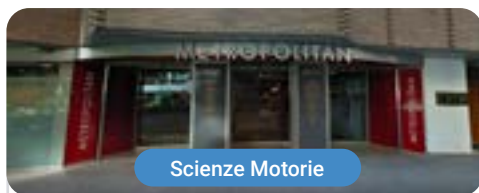
Paese	Città
Spagna	Saragozza

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Paraíso

Paese
Spagna

Città
Saragozza

Indirizzo: Residencial Paraíso, 10,
50008 Zaragoza

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute
e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Sevilla

Paese
Spagna

Città
Siviglia

Indirizzo: Av. Eduardo Dato, 49, 41018 Sevilla

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute
e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Gijón

Paese
Spagna

Città
Asturia

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute
e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Vigo

Paese
Spagna

Città
Pontevedra

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute
e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness





Scienze Motorie

Club Metropolitan La Solana

Paese Città
Spagna La Coruña

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

La più grande catena nazionale di Centri Sportivi, di Salute e Benessere

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Klinik PM

Paese Città
Spagna Alicante

Indirizzo: Calle Montesinos 7, Alicante 03016

La più grande clinica di riferimento per la gestione del dolore e la traumatologia conservativa

Tirocini correlati:

- Diagnosi in Fisioterapia
- Fisioterapia Sportiva



Scienze Motorie

Club Metropolitan Plenilunio

Paese Città
Spagna Madrid

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

Club che combina le ultime novità e tendenze di fitness, bellezza, SPA, medicina sportiva e nutrizione

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Ourense

Paese Città
Spagna Ourense

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

Club che combina le ultime novità e tendenze di fitness, bellezza, SPA, medicina sportiva e nutrizione

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan San Sebastián

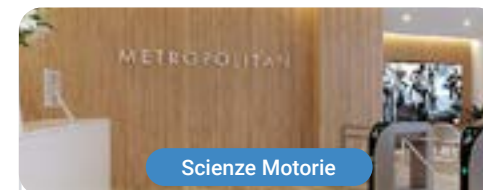
Paese Città
Spagna Gipuzkoa

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

Club che combina le ultime novità e tendenze di fitness, bellezza, SPA, medicina sportiva e nutrizione

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness



Scienze Motorie

Club Metropolitan Sant Just

Paese Città
Spagna Barcellona

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

Club che combina le ultime novità e tendenze di fitness, bellezza, SPA, medicina sportiva e nutrizione

Tirocini correlati:

- Personal Training Terapeutico
- Istruttore di Fitness

07

Opportunità professionali

Questo programma universitario dà accesso a diverse opportunità professionali nel campo della salute e del benessere, permettendo di applicare lo Yoga Terapeutico in una grande varietà di contesti. Al termine, lo studente potrà lavorare in centri di riabilitazione, cliniche sanitarie, istituzioni di assistenza integrale o anche in aziende di benessere aziendale, promuovendo l'equilibrio fisico ed emotivo delle persone. In effetti, la sua capacità di lavorare in diversi ambienti, come centri terapeutici o palestre, sarà fondamentale per promuovere una salute sostenibile e migliorare la qualità della vita dei vari pubblici.



“

Promuoverai la tua carriera applicando tecniche di Yoga Terapeutico in vari ambienti di riabilitazione, contribuendo al benessere integrale"

Profilo dello studente

Lo studente avrà la capacità di progettare e implementare protocolli terapeutici adattati alle esigenze individuali. Nel corso della specializzazione, acquisirà conoscenze avanzate di anatomia e fisiologia, che permetteranno di identificare in modo preciso le condizioni fisiche che richiedono un intervento terapeutico. Inoltre, svilupperà una profonda comprensione delle tecniche di rilassamento e respirazione, ottimizzandone l'applicazione nel benessere integrale. Di conseguenza, sarà in grado di valutare l'impatto delle pratiche terapeutiche, promuovendo risultati sostenibili nel benessere fisico e mentale delle persone.

Identificherai condizioni fisiche che richiedono un intervento terapeutico, sviluppando le competenze per affrontare ogni caso in modo efficace.

- ♦ **Analisi critica:** valutare con precisione le condizioni fisiche che richiedono un intervento terapeutico, identificando i modelli e prendendo decisioni informate in ogni situazione
- ♦ **Comunicazione efficace:** trasmettere in modo chiaro e preciso le raccomandazioni terapeutiche, migliorando la comprensione negli ambienti di lavoro collaborativo
- ♦ **Processo decisionale:** selezionare l'intervento più appropriato nella valutazione delle condizioni fisiche, considerando sia la teoria che le applicazioni pratiche
- ♦ **Adattabilità:** applicare interventi terapeutici personalizzati che rispondono alle esigenze e caratteristiche specifiche



Dopo aver completato il programma potrai utilizzare le tue conoscenze e competenze nei seguenti ruoli:

- 1. Fisioterapista specializzato in riabilitazione fisica:** responsabile di trattamento e recupero delle funzioni motorie attraverso tecniche terapeutiche personalizzate.
Responsabilità: Valutare lo stato fisico dei pazienti, progettare e attuare programmi di trattamento individualizzati per il recupero delle funzioni motorie e della mobilità.
- 2. Terapista occupazionale:** dedicato ad aiutare gli individui a recuperare le competenze necessarie per svolgere attività quotidiane, migliorando la loro autonomia.
Responsabilità: Valutare e trattare le capacità fisiche, cognitive ed emotive delle persone in modo che possano svolgere le attività della vita quotidiana in modo indipendente.
- 3. Personal trainer specializzato in riabilitazione:** incaricato di progettare programmi di allenamento adattati alle esigenze e ai limiti di ogni persona per favorire la sua riabilitazione fisica.
Responsabilità: Progettare programmi di esercizi personalizzati per le persone che si riprendono da lesioni o interventi chirurgici.
- 4. Tecnico di medicina sportiva:** responsabile per la cura della salute fisica degli atleti, valutando e progettando piani terapeutici adeguati per il loro recupero.
Responsabilità: Assistere nella diagnosi, nel trattamento e nella prevenzione di lesioni legate all'attività fisica e allo sport.
- 5. Coordinatore dei programmi di riabilitazione fisica:** responsabile della strumentazione e dei programmi di riabilitazione, garantendo interventi terapeutici efficienti e personalizzati.
Responsabilità: Monitorare, organizzare e ottimizzare i programmi di riabilitazione per pazienti o individui in fase di recupero da lesioni o interventi chirurgici.
- 6. Consulente ergonomico:** responsabile di valutare e migliorare le condizioni fisiche negli ambienti di lavoro, cercando di prevenire le lesioni e ottimizzare il benessere dei lavoratori.
Responsabilità: Valutare e migliorare le condizioni di lavoro e gli ambienti di lavoro per garantire la sicurezza e il comfort dei dipendenti.
- 7. Specialista in riabilitazione neuromuscolare:** responsabile della progettazione di trattamenti per disturbi neuromuscolari, utilizzando tecniche di riabilitazione per ottimizzare la funzione motoria e ridurre il dolore.
Responsabilità: Progettare e attuare programmi terapeutici mirati al recupero della funzione motoria e muscolare nelle persone con disturbi neuromuscolari.



Cogli l'opportunità di conoscere gli ultimi sviluppi in questo campo per applicarli alla tua pratica quotidiana"

08

Méthodologie d'étude

TECH est la première université au monde à combiner la méthodologie des **case studies** avec **Relearning**, un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition guidée.

Cette stratégie d'enseignement innovante est conçue pour offrir aux professionnels la possibilité d'actualiser leurs connaissances et de développer leurs compétences de manière intensive et rigoureuse. Un modèle d'apprentissage qui place l'étudiant au centre du processus académique et lui donne le rôle principal, en s'adaptant à ses besoins et en laissant de côté les méthodologies plus conventionnelles.



“

*TECH vous prépare à relever de nouveaux défis
dans des environnements incertains et à réussir
votre carrière”*

L'étudiant: la priorité de tous les programmes de TECH

Dans la méthodologie d'étude de TECH, l'étudiant est le protagoniste absolu. Les outils pédagogiques de chaque programme ont été sélectionnés en tenant compte des exigences de temps, de disponibilité et de rigueur académique que demandent les étudiants d'aujourd'hui et les emplois les plus compétitifs du marché.

Avec le modèle éducatif asynchrone de TECH, c'est l'étudiant qui choisit le temps qu'il consacre à l'étude, la manière dont il décide d'établir ses routines et tout cela dans le confort de l'appareil électronique de son choix. L'étudiant n'a pas besoin d'assister à des cours en direct, auxquels il ne peut souvent pas assister. Les activités d'apprentissage se dérouleront à votre convenance. Vous pouvez toujours décider quand et où étudier.

“

*À TECH, vous n'aurez PAS de cours en direct
(auxquelles vous ne pourrez jamais assister)”*



Les programmes d'études les plus complets au niveau international

TECH se caractérise par l'offre des itinéraires académiques les plus complets dans l'environnement universitaire. Cette exhaustivité est obtenue grâce à la création de programmes d'études qui couvrent non seulement les connaissances essentielles, mais aussi les dernières innovations dans chaque domaine.

Grâce à une mise à jour constante, ces programmes permettent aux étudiants de suivre les évolutions du marché et d'acquérir les compétences les plus appréciées par les employeurs. Ainsi, les diplômés de TECH reçoivent une préparation complète qui leur donne un avantage concurrentiel significatif pour progresser dans leur carrière.

De plus, ils peuvent le faire à partir de n'importe quel appareil, PC, tablette ou smartphone.

“

Le modèle de TECH est asynchrone, de sorte que vous pouvez étudier sur votre PC, votre tablette ou votre smartphone où vous voulez, quand vous voulez et aussi longtemps que vous le voulez”

Case studies ou Méthode des cas

La méthode des cas est le système d'apprentissage le plus utilisé par les meilleures écoles de commerce du monde. Développée en 1912 pour que les étudiants en Droit n'apprennent pas seulement le droit sur la base d'un contenu théorique, sa fonction était également de leur présenter des situations réelles et complexes. De cette manière, ils pouvaient prendre des décisions en connaissance de cause et porter des jugements de valeur sur la manière de les résoudre. Elle a été établie comme méthode d'enseignement standard à Harvard en 1924.

Avec ce modèle d'enseignement, ce sont les étudiants eux-mêmes qui construisent leurs compétences professionnelles grâce à des stratégies telles que *Learning by doing* ou le *Design Thinking*, utilisées par d'autres institutions renommées telles que Yale ou Stanford.

Cette méthode orientée vers l'action sera appliquée tout au long du parcours académique de l'étudiant avec TECH. Vous serez ainsi confronté à de multiples situations de la vie réelle et devrez intégrer des connaissances, faire des recherches, argumenter et défendre vos idées et vos décisions. Il s'agissait de répondre à la question de savoir comment ils agiraient lorsqu'ils seraient confrontés à des événements spécifiques complexes dans le cadre de leur travail quotidien.



Méthode Relearning

Chez TECH, les *case studies* sont complétées par la meilleure méthode d'enseignement 100% en ligne: le *Relearning*.

Cette méthode s'écarte des techniques d'enseignement traditionnelles pour placer l'apprenant au centre de l'équation, en lui fournissant le meilleur contenu sous différents formats. De cette façon, il est en mesure de revoir et de répéter les concepts clés de chaque matière et d'apprendre à les appliquer dans un environnement réel.

Dans le même ordre d'idées, et selon de multiples recherches scientifiques, la répétition est le meilleur moyen d'apprendre. C'est pourquoi TECH propose entre 8 et 16 répétitions de chaque concept clé au sein d'une même leçon, présentées d'une manière différente, afin de garantir que les connaissances sont pleinement intégrées au cours du processus d'étude.

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.



Un Campus Virtuel 100% en ligne avec les meilleures ressources didactiques

Pour appliquer efficacement sa méthodologie, TECH se concentre à fournir aux diplômés du matériel pédagogique sous différents formats: textes, vidéos interactives, illustrations et cartes de connaissances, entre autres. Tous ces supports sont conçus par des enseignants qualifiés qui axent leur travail sur la combinaison de cas réels avec la résolution de situations complexes par la simulation, l'étude de contextes appliqués à chaque carrière professionnelle et l'apprentissage basé sur la répétition, par le biais d'audios, de présentations, d'animations, d'images, etc.

Les dernières données scientifiques dans le domaine des Neurosciences soulignent l'importance de prendre en compte le lieu et le contexte d'accès au contenu avant d'entamer un nouveau processus d'apprentissage. La possibilité d'ajuster ces variables de manière personnalisée aide les gens à se souvenir et à stocker les connaissances dans l'hippocampe pour une rétention à long terme. Il s'agit d'un modèle intitulé *Neurocognitive context-dependent e-learning* qui est sciemment appliqué dans le cadre de ce diplôme universitaire.

D'autre part, toujours dans le but de favoriser au maximum les contacts entre mentors et mentorés, un large éventail de possibilités de communication est offert, en temps réel et en différé (messagerie interne, forums de discussion, service téléphonique, contact par courrier électronique avec le secrétariat technique, chat et vidéoconférence).

De même, ce Campus Virtuel très complet permettra aux étudiants TECH d'organiser leurs horaires d'études en fonction de leurs disponibilités personnelles ou de leurs obligations professionnelles. De cette manière, ils auront un contrôle global des contenus académiques et de leurs outils didactiques, mis en fonction de leur mise à jour professionnelle accélérée.



Le mode d'étude en ligne de ce programme vous permettra d'organiser votre temps et votre rythme d'apprentissage, en l'adaptant à votre emploi du temps"

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre acquis fondamentaux:

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. L'assimilation des idées et des concepts est rendue plus facile et plus efficace, grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort investi devient un stimulus très important pour les étudiants, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps passé à travailler sur le cours.

La méthodologie universitaire la mieux évaluée par ses étudiants

Les résultats de ce modèle académique innovant sont visibles dans les niveaux de satisfaction générale des diplômés de TECH.

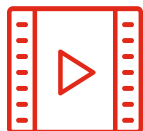
L'évaluation par les étudiants de la qualité de l'enseignement, de la qualité du matériel, de la structure du cours et des objectifs est excellente. Il n'est pas surprenant que l'institution soit devenue l'université la mieux évaluée par ses étudiants selon l'indice global score, obtenant une note de 4,9 sur 5.

Accédez aux contenus de l'étude depuis n'importe quel appareil disposant d'une connexion Internet (ordinateur, tablette, smartphone) grâce au fait que TECH est à la pointe de la technologie et de l'enseignement.

Vous pourrez apprendre grâce aux avantages offerts par les environnements d'apprentissage simulés et à l'approche de l'apprentissage par observation: le Learning from an expert.



Ainsi, le meilleur matériel pédagogique, minutieusement préparé, sera disponible dans le cadre de ce programme:



Matériel didactique

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

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel afin de mettre en place notre mode de travail en ligne, avec les dernières techniques qui nous permettent de vous offrir une grande qualité dans chacune des pièces que nous mettrons à votre service.



Pratique des aptitudes et des compétences

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



Résumés interactifs

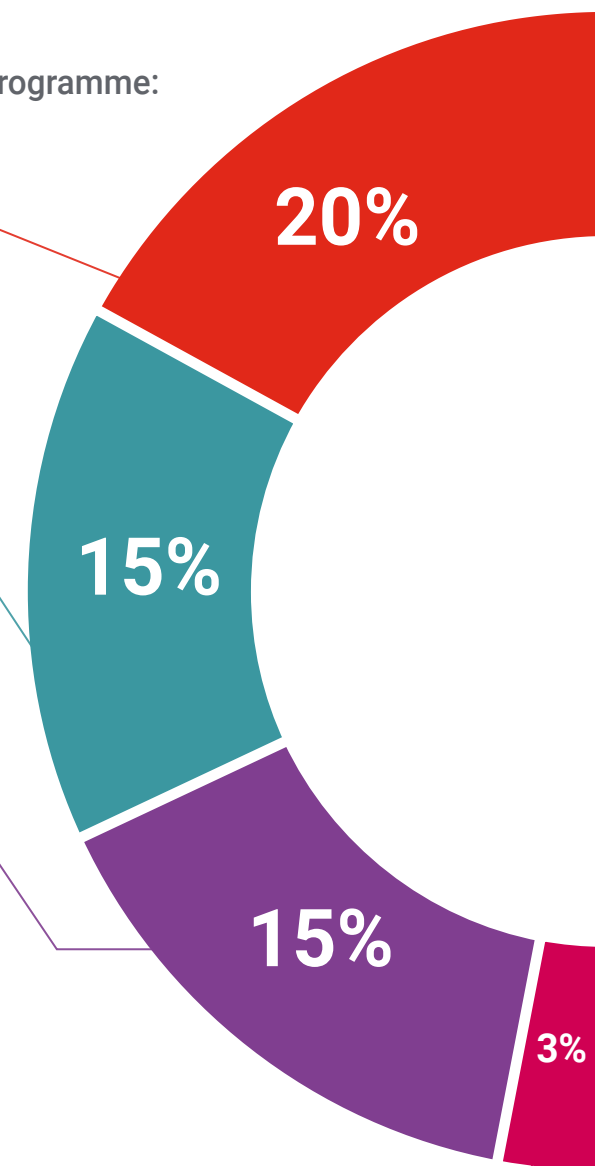
Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias qui incluent de l'audio, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

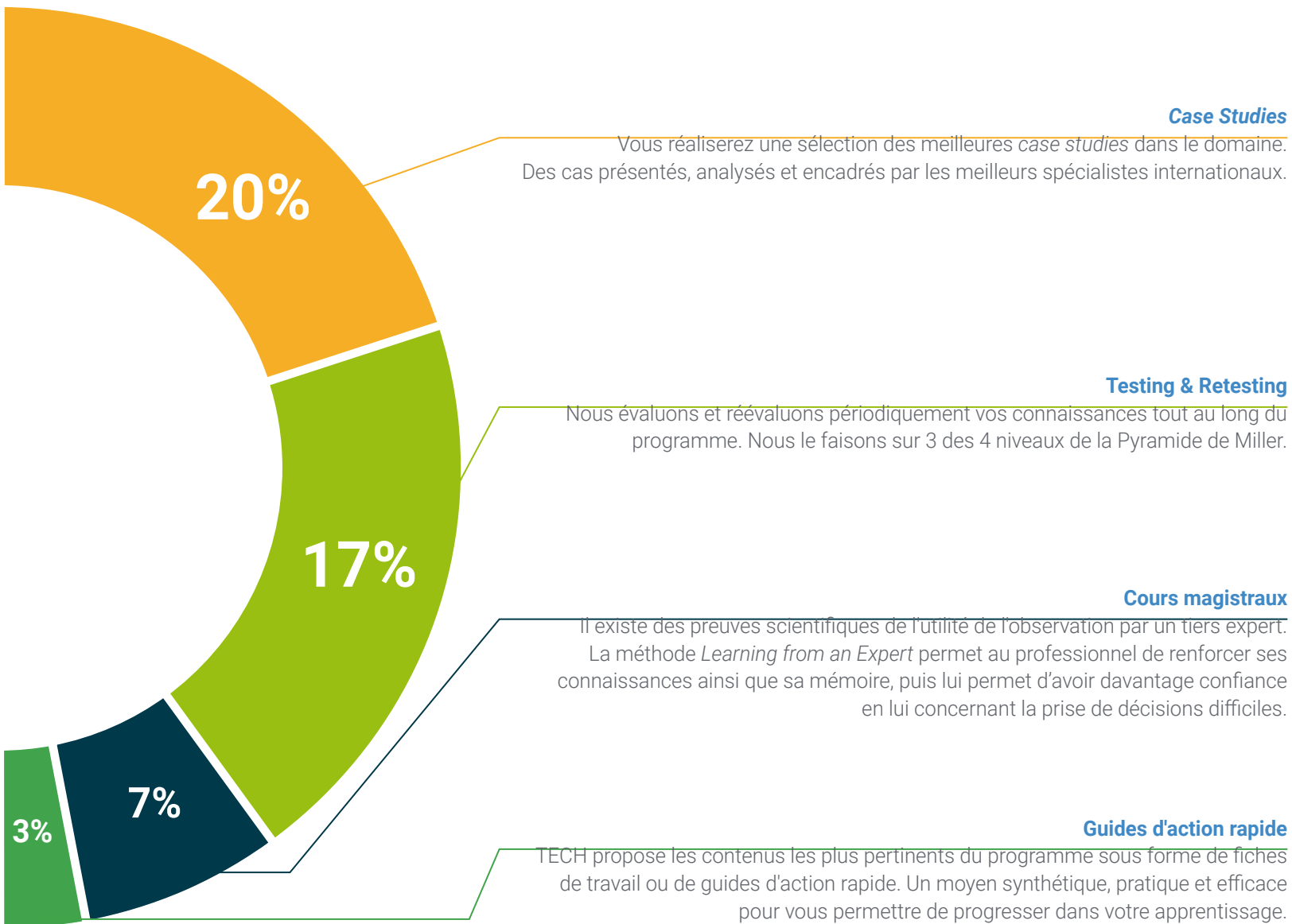
Ce système éducatif unique de présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que «European Success Story».



Lectures complémentaires

Articles récents, documents de consensus, guides internationaux, etc... Dans notre bibliothèque virtuelle, vous aurez accès à tout ce dont vous avez besoin pour compléter votre formation.





Case Studies

Vous réaliserez une sélection des meilleures *case studies* dans le domaine. Des cas présentés, analysés et encadrés par les meilleurs spécialistes internationaux.



Testing & Retesting

Nous évaluons et réévaluons périodiquement vos connaissances tout au long du programme. Nous le faisons sur 3 des 4 niveaux de la Pyramide de Miller.



Cours magistraux

Il existe des preuves scientifiques de l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode *Learning from an Expert* permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire, puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



Guides d'action rapide

TECH propose les contenus les plus pertinents du programme sous forme de fiches de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



09

Personale docente

Il personale docente incaricato di impartire questa qualifica universitaria si distingue per l'elevata qualificazione e il riconoscimento in ambito accademico e professionale. Pertanto, composto da esperti di Yoga Terapeutico, il personale docente fornirà una prospettiva completa e arricchita che integra la formazione teorica e pratica. Inoltre, con una vasta esperienza nelle rispettive discipline, questi esperti sono stati responsabili della strutturazione dei moduli accademici, garantendo la creazione di un programma universitario aggiornato e completo che risponde alle esigenze più attuali del settore, garantendo così l'eccellenza nel settore.





“

Il personale docente di questo Master Semipresenziale fornirà un orientamento personalizzato assicurando la tua comprensione dei più recenti progressi nello Yoga Terapeutico"

Direttrice Ospite Internazionale

Come Direttrice degli insegnanti e Responsabile di formazione degli istruttori presso l'Integral Yoga Institute di New York, Dianne Galliano si è posizionata come una delle figure più importanti del settore a livello internazionale. La sua attenzione accademica si è concentrata principalmente **yoga terapeutico**, con oltre 6.000 ore documentate di insegnamento e aggiornamento continuo.

Pertanto, ha svolto un ruolo di mentore, sviluppando protocolli e criteri di educazione e fornendo un'istruzione continua agli istruttori dell'Integral Yoga Institute. Combina questo lavoro con il suo ruolo di **terapeuta** e **istruttrice** in altre istituzioni come The 14TH Street Y, Integral Yoga Institute Wellness Spa o Educational Alliance: Center for Balanced Living.

Il suo lavoro si estende anche alla **creazione** e alla **direzione di programmi di yoga**, allo sviluppo di esercizi e alla valutazione delle sfide che possono presentarsi. Nel corso della sua carriera ha lavorato con diversi profili di persone, tra cui uomini e donne anziani e di mezza età, individui in fase prenatale e postnatale, giovani adulti e persino veterani di guerra con una serie di problemi di salute fisica e mentale.

Per ognuno di loro svolge un lavoro attento e personalizzato, avendo trattato persone con osteoporosi, convalescenza da intervento cardiaco o post-cancro al seno, vertigini, mal di schiena, Sindrome dell'Intestino Irritabile e Obesità. Possiede diverse certificazioni, tra cui E-RYT 500 di Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) di American Health Training e Certified Exercise Instructor del Somatic Movement Center.



Dott.ssa Galliano, Dianne

- Direttrice dell'Istituto di Yoga Integrato, New York, USA
- Istruttrice di Yoga Terapeutico presso il 14TH Street Y
- Terapista Yoga presso l'Integral Yoga Institute Wellness Spa di New York City
- Istruttrice Terapeutica presso l'Alleanza Educativa: Center for Balanced Living
- Laurea in Educazione Primaria presso la State University di New York
- Master in Yoga Terapia presso l'Università del Maryland

“

*Grazie a TECH potrai
apprendere con i migliori
professionisti al mondo”*

Direzione



Dott.ssa Escalona García, Zoraida

- ♦ Vicepresidentessa dell'Associazione Spagnola di Yoga Terapeutico
- ♦ Fondatrice del metodo Air Core (lezioni che combinano TRX e/o allenamento funzionale con Yoga)
- ♦ Insegnante di Yoga Terapia
- ♦ Master in Ricerca in Immunologia presso l'Università Complutense di Madrid
- ♦ Master in Scienze Forensi e Chirurgia presso l'Università Autonoma di Madrid
- ♦ Laurea in Scienze Biologiche presso l'UAM
- ♦ Corso di Insegnante di FisiomYoga
- ♦ Corso di Insegnante di Yoga Miofasciale
- ♦ Corso di Insegnante di Yoga e Cancro
- ♦ Corso di Istruttore di Pilates a Terra
- ♦ Corso in Fitoterapia e Nutrizione
- ♦ Corso di Insegnante di Meditazione

Personale docente

Dott.ssa Salvador Crespo, Inmaculada

- ♦ Coordinatrice dell'Istituto Europeo di Yoga
- ♦ Docente di Yoga e Meditazione presso IEY
- ♦ Specialista in Yoga Integrato e Meditazione
- ♦ Specialista in Vinyasa Yoga e *Power Yoga*
- ♦ Specialista in Yoga Terapia

Dott.ssa Bermejo Busto, Aránzazu

- ♦ Traduttrice del modulo Yoga per bambini con autismo e bisogni speciali con Louise Goldberg
- ♦ Formatrice online di insegnanti Yogaespecial
- ♦ Collaboratrice e formatrice di Yoga per l'Associazione Spagnola Yogaespecial, l'Impresa Enseñanzas Modernas, la Scuola Om Shree Om, Centro SatNam, il Polideportivo de Cercedilla, ecc.
- ♦ Insegnante di yoga e meditazione e coordinatore di corsi di benessere
- ♦ Corsi di yoga in sessioni individuali per bambini con disabilità e bisogni speciali attraverso l'Associazione Respirávila
- ♦ Organizzatrice e ideatrice di viaggi dedicati allo yoga in India
- ♦ Ex direttrice del Centro Yamunadeva
- ♦ Terapeuta gestaltica e sistemica presso il Centro Yamunadeva
- ♦ Master in Respirazione consapevole presso l'IRC
- ♦ Corso di Nada Yoga con la Scuola Nada Yoga Brasile, in collaborazione con la Scuola Nada Yoga di Rishikesh
- ♦ Corso sul Metodo Play Therapy, accompagnamento terapeutico con Playmobil
- ♦ Corso di Yoga online con Louise Goldberg del Centro Yoga di Deerfield Beach, Florida

Dott.ssa Villalba, Vanessa

- ♦ Istruttrice presso Gimnasios Villalba
- ♦ Istruttrice di Vinyasa Yoga e *Power Yoga* presso l'Istituto Europeo di Yoga (IEY), Siviglia
- ♦ Istruttrice di Yoga Aereo, Siviglia
- ♦ Istruttrice di Yoga Integrato presso IEY Sevilla
- ♦ *Body Intelligence TM Yoga Level* presso IEY Huelva
- ♦ Istruttrice di Yoga in gravidanza e post-partum presso IEY Sevilla
- ♦ Istruttrice di Yoga Nidra, Yoga Terapia e *Shamanic Yoga*
- ♦ Istruttrice di Pilates di Base presso FEDA
- ♦ Istruttrice di Pilates a Terra con attrezzi
- ♦ Tecnico Avanzato di Fitness e Personal Training FEDA
- ♦ Istruttrice di *Spinning Start I* presso la Federazione Spagnola Spinning
- ♦ Istruttrice di *Power Dumbell* presso l'Aerobic and Fitness Association
- ♦ Chiropratica in Chiromassaggio presso la Escuela Superior de Quiromasaje y Terapias
- ♦ Formazione in Drenaggio Linfatico presso PRAXIS, Siviglia

Dott. Ferrer, Ricardo

- ♦ Direttore dell'Istituto Europeo di Yoga
- ♦ Direttore della Scuola Centro de Luz
- ♦ Direttore della Scuola Nazionale di Reiki Evolutivo
- ♦ Istruttore di *Hot Yoga* presso il Centro di Luce
- ♦ Preparatore di istruttori di *Power Yoga*
- ♦ Preparatore di Istruttori di Yoga
- ♦ Istruttore di Ashtanga Yoga e Yoga Progressivo
- ♦ Istruttrice di Tai Chi e Chi Kung
- ♦ Istruttore di *Body Intelligence Yoga*
- ♦ Istruttore di *Sup Yoga*

10 Titolo

Il Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico garantisce, oltre alla preparazione più rigorosa e aggiornata, il conseguimento di un qualifica di Master Semipresenziale rilasciata da TECH Global University.



“

Porta a termine questo programma e ricevi la tua qualifica universitaria senza spostamenti o fastidiose formalità”

futuro
salute fiducia persone
educazione informazione tutor
garanzia accreditamento insegnamento
istituzioni tecnologia apprendimento
comunità impegno
attenzione personalizzata innovazione
conoscenza presente qualità
formazione online
sviluppo istituzioni
classe virtuale



Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico

Modalità: Semipresenziale (Online + Tirocinio)

Durata: 12 mesi

Titolo: TECH Global University

Crediti: 60 + 4 ECTS

Master Semipresenziale in Yoga Terapeutico

Partnership



tech global
university