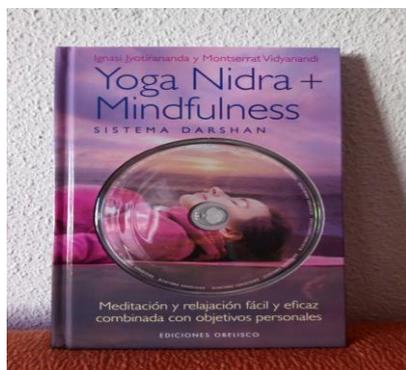




Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es

AGOSTO
2018



NUEVO Curso de Formación de Yoga Nidra + Mindfulness y Visualización Creativa, SistemaDARSHAN (Nivel 1, de 2 niveles)

1 SEMANA Agosto: Lunes 6 a Sábado 11 de Agosto de 17 a 21 hr.

¿Quieres aprovechar este Verano para **aprender Yoga Nidra Mindfulness, Sistema Darshan?**

¿Te gustaría formarte como **Instructor/a de Nidra Mindfulness?**

¿O quieres usarlo para **practicarlo personalmente** como Meditación/Mindfulness o Relajación??

El **Yoga Nidra Mindfulness DARSHAN** es más completo que una técnica de relajación: es una Meditación Guiada y es una práctica de Atención Plena (Mindfulness) que puede generar profundos estados de relajación, de forma comprobable.

En **DARSHAN** ya hace 22 años que practicamos con gran ilusión y dedicación el **Nidra Darshan**, evolución optimizada del yoga nidra: con Lenguaje Indirecto dirigido al Subconsciente ("Lenguaje Alfa"), con el diseño óptimo de Afirmaciones Personales y, sobre todo, **con gran ilusión, dedicación y pragmatismo.**

El Nidra lo aprendimos directamente en la Escuela de Swami Satyananda Saraswati en Bihar, India y durante estos 22 años lo hemos seguido practicando y mejorando con nuestras aportaciones y manteniendo la estructura original, en la versión larga del nidra.

En NOVIEMBRE DE 2017 hemos publicado nuestro primer Libro Práctico + CD de "YOGA



Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es

AGOSTO
2018

"NIDRA MINDFULNESS, SISTEMA DARSHAN" (Autores: Montserrat Vidyanandi y Ignasi Jyotirananda). Ediciones Obelisco. Se puede encontrar fácilmente en Librerías.

Es un Curso de Especialización en Yoga Nidra Mindfulness y es **Práctico, Ameno y Experiencial**; así se aprende el Nidra Darshan de forma **progresiva y efectiva**. La Promoción de Agosto ya es la TRECEAVA FORMACIÓN.

http://www.yogabarcelona.net/es/4_formaciones/instructor-yoga-nidra-sistema-darshan/



Algunos de los temas que se tratan y experimentan en el Curso:

- Introducción **Histórica y Experiencial** al **Yoga Nidra Mindfulness DARSHAN**.
- Relación del Nidra con las prácticas de Interiorización, Meditación y Mindfulness (Pratyahara, Dharana, Dhyana y Samadhi)
- Ventajas y Beneficios del **Sistema DARSHAN**. El **Nidra DARSHAN** como práctica eficaz de **Mindfulness o Atención Plena**.
- Introducción al **lenguaje indirecto** de **comunicación** con el Subconsciente (autoconocimiento + instalación de afirmaciones/visualizaciones creativas). Esta es una de las grandes **diferencias/ventajas** respecto a otros sistemas de relajación o de yoga nidra. (Lo denominamos en Darshan "LenguajeAlfa").
- ¿Porqué el **Nidra DARSHAN** es una de las técnicas de relajación más profundas, completas y eficaces?,
- Ajuste óptimo de la **Postura de Relajación**. Propuesta de posturas sentadas, cuidadosas con la espalda y las rodillas. (Evitamos posturas perjudiciales para la mayoría de la población: tipo "loto" y parecidas).
- Diseño óptimo de **Afirmaciones Personales** (Samkalpa) (Objetivos Personales a partir de técnicas de P.N.L. (Programación Neuro-Lingüística)).
- Introducción a la práctica de la **Visualización Creativa** (metáforas).
- **Prácticas voluntarias** 2 a 2 o en grupo.



Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

**Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es**

**AGOSTO
2018**

Uno de sus objetivos del Nidra Darshan es la **liberación completa** de los diversos niveles de la persona: **físico, emocional, energético, anímico, intelectual, intuitivo y espiritual**. El Nidra Darshan permite acceder de una forma relativamente fácil al “**Estado Alfa**”, en el que conectamos con nuestro “mundo interior” y nuestro Subconsciente y accedemos a nuestra creatividad, a nuestra intuición y a la posibilidad de trabajar con Afirmaciones Personales que nos ayuden a conseguir nuestros objetivos en la Vida.

Este Curso de Especialización en Yoga Nidra Mindfulness está dirigido a:

- * **Practicantes en general (con o sin experiencia)** que quieran aprender **Yoga Nidra Mindfulness + Visualización Creativa, Sistema Darshan** para su Uso Personal: Relajación, Visualización, Creatividad, Meditación, Mindfulness (Atención Plena, Apertura), Autoconocimiento, Control del Estrés, etc...
- * **Profesores de técnicas psico-corporales, Instructoras/es de Pilates, instructoras/es de técnicas meditativas, Profesores de Yoga de cualquier estilo**, que quieran aprender una de las técnicas más completas y efectivas de interiorización, relajación y meditación y así **poder ampliar su oferta**.
- * El Yoganidra Mindfulness Darshan es perfecto para combinarlo con otras **técnicas psico-físicas** o físicas, incluso Pilates.
- * Fisioterapeutas, Médicos, Psicólogos, Psicoterapeutas, Maestros, Coach de Empresas, Coach Deportivos, Terapeutas de Reiki, Profesores de Universidad, para cualquier persona que **hable en público** en empresas, centros deportivos o en cursos.
- * Personas que quieran **mejorar su comunicación** con cualquier tipo de Auditorio y aprender el Lenguaje Alfa de comunicación con el Subconsciente (Se basa en el Lenguaje Indirecto de Milton Erickson).

1 SEMANA por las tardes de 17:00 a 21:00 hr

Desde el LUNES 6 hasta el SÁBADO 11 de AGOSTO.

El horario es por las tardes y es perfecto tanto si tienes vacaciones como si tienes un horario intensivo por las mañanas.

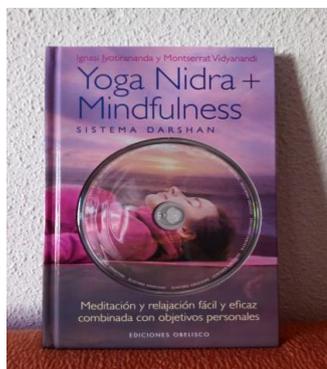


Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es

AGOSTO
2018

Condiciones de Inscripción:



- * Haber realizado estudios completos de Bachillerato o de Formación Profesional de 2º grado o equivalentes.
- * Realizar una entrevista previa, personal o por mail Y rellenar un Cuestionario.
- * El Centro se reserva el Derecho de Admisión.
- * El Yoga Nidra Mindfulness es una meditación guiada; no es una práctica "física". Se requiere interés y tener alguna noción de prácticas meditativas.

Grupo Reducido: SÓLO 18 PLAZAS POR CURSO.

Se reserva plaza por Orden de Inscripción y Admisión.

Inversión en el Curso: Precio General = 420 €



Precio especial si nos LLAMAS

ANTES del JUEVES 31 de MAYO = 370 €

(La oferta también es válida, sin límite de fecha, si nos sigues en Facebook o en INSTAGRAM *mira la página 6* y en www.facebook.com/ignasi.centres.darshan. SIEMPRE QUE QUEDEN PLAZAS, ya que el grupo es reducido).



Oferta para alumnos/as + ex-alumnos/as = 320 €

Repetidores del Curso de Nidra Darshan = 160 €



Forma y plazos de pago:

- + Transferencia o ingreso de **270 €** en el momento de apuntarse, para Reservar Plaza.
- + Transferencia o ingreso del resto del importe, **antes del día 30 de Junio**. (En el caso de Precio con descuento, este importe sería de 100 €, si es Precio General serían 150 €).



Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es

AGOSTO
2018

No se devuelve ningún importe BAJO NINGÚN CONCEPTO (ni por fuerza mayor del/la alumno/a). Únicamente se devuelven los importes abonados por el Curso, si se cancela el grupo/el Curso por parte del Centro (o por causa de fuerza mayor del Centro).



Dirección del Centro de Terapias DARSHAN:

Rambla de Prat, 7, Entresuelo PRIMERA,
08012-Barcelona (Cerca de Plaza Gala Placidia)

Atención: te recordamos que sólo admitimos visitas,
PREVIA RESERVA telefónica: 620638662.

IMPORTANTE: la única forma de apuntarse al Curso de
Formación de Nidra es por TELÉFONO O MAIL!

Evaluación y concesión de CERTIFICADOS de

Instructor/a de Yoga Nidra y Visualización Creativa

Sistema Darshan, (Nivel Básico, Nivel 1 de 2 Niveles).

A los/as que asistan a los intensivos se les otorgará
Certificado de Asistencia (se puede perder un máximo de 1
intensivo, para obtener el Certificado).

Además, para los que quieran el

Título Certificado como

Instructores/as de Yoga Nidra Mindfulness Sistema Darshan
(nivel básico, nivel 1) (Título Certificado Privado de Práctica
MEDITATIVA), podrán optar por preparar y realizar una
prueba teórica/práctica basada en la información y práctica
del Curso. **En este caso es necesario haber realizado todos
los intensivos.**

Dirección de los Cursos:

Ignasi Jyotirananda, Ingeniero químico IQS., practicante de
prácticas psicofísicas y meditativas desde hace más de 42 años y
de yoganidra y meditacionyoga desde hace más de 22 años.

Montserrat Vidyanandi, Arquitecta Técnica UPC., practicante de
prácticas psicofísicas y meditativas desde hace más de 17 años y
de yoga nidra y meditación yoga desde hace más de 17 años.

Co-Autores del Libro de la Ediciones Obelisco:

“Yoga Nidra + Mindfulness, Sistema DARSHAN”





Yoga Nidra-Mindfulness, DARSHAN

Curso para Uso Personal y para
Formación de Instructoras/es

AGOSTO
2018

CoCreadores de los Sistemas:

Yoga Nidra-Mindfulness Sistema Darshan, evolución occidental y pragmática del yoga nidra y Yoga-Pilates-Barra DARSHAN.

Formación en técnicas psico-físicas y meditativas de IgnasiJyotirananda: Profesor por la Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda, antiguo discípulo de **Swami Satyananda (Compilador del Yoga Nidra)**. Certificado en Yoga en la India por la **Bihar School of Yoga** con práctica de hatha yoga, raja yoga, karma yoga, bakhti yoga, yoga nidra y meditación yoga. Curso de yoga y yoga nidra en Nepal con Alakh Shakti, en la línea Satyananda.

Practitioner en Programación Neurolingüística por el Institut Gestalt de Barcelona. Formado en Pilates "mat" (Pilates suelo) desde el año 2007. Practicante de varios sistemas psico-físicos/meditativos en Barcelona, Vigo, Finlandia, India y Nepal, desde 1976.

Cofundadores de Centros DARSHAN, (Yoga Darshan, S.L.), especializados en terapia manual, osteopatía, posturología, acupuntura anatómica, yoga-pilates-barra sistemadarshan, pilatesbarra y pilates máquinas (pilates reformer), "pilatesclinic", meditación mindfulness y yoga nidra sistema darshan, en Gracia/Sant Gervasi, Barcelona.

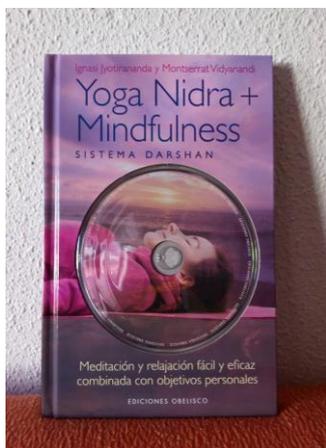
Telf.: 620638662 MAIL: yogapilatesbarcelona@gmail.com

WEB: <http://www.yogabarcelona.net>

<https://www.instagram.com/formacionyoganidra.mindfulness/>

<https://www.instagram.com/darshan.nidra.yogapilates/>

<https://www.instagram.com/nidra.iogapilates.barcelona/>



© 2004-2018. Los contenidos e imágenes de este documento son propiedad de YOGA DARSHAN, S.L. (CENTROS DE TERAPIAS COMPLEMENTARIAS DARSHAN, Terapia Manual, #Osteopatía, Posturología, Reeducción Postural, Acupuntura Anatómica, #EntrenamientoPersonal, Gimnasia #AbdominalHipopresiva (#GAH, Dr. Caufriz) y #ROLFING con Fisioterapeutas Colegiados, #YOGAPILATES SISTEMA DARSHAN (Transterapia Complementaria), Pilates, "Pilates Clinic", Yoga Anatómico, MEDITACIÓN SISTEMA DARSHAN (y "Mindfulness"), YOGA NIDRA MINDFULNESS SISTEMA DARSHAN, NIDRA DARSHAN (meditación guiada y técnicas de relajación y control del estrés) y Formación Privada de Profesores/Profesoras e Instructores/Instructoras en Terapias Complementarias/Prácticas Meditativas y Yoga Nidra SISTEMA DARSHAN, en Barcelona). Gracia/Sant Gervasi, Barcelona. No se permite la reproducción parcial o total de este documento por ningún medio, salvo las excepciones legales.

Nota importante: los grupos son reducidos y cerrados. Es posible que se llenen y ya estén cerrados. En este caso, lógicamente, no admitimos ni pruebas ni inscripciones. En todo caso el Centro DARSHAN, como Centro de Terapias Complementarias privado, se **RESERVA EL DERECHO DE ADMISIÓN**, en función de si los grupos ya están cerrados y de los Cuestionarios de Admisión.

Nota importante: NO admitimos "casos terapéuticos" en ninguna sesión de grupo o Curso de Formación. Los "casos terapéuticos" debe tratarlos individualmente el médico, fisioterapeuta o psicólogo correspondiente. La información contenida en este documento es simplemente a título informativo sobre las Terapias Complementarias y Cursos. No nos responsabilizamos de ninguna forma del uso que pueda hacerse del contenido de este documento.

Los autores de la web, de este documento y de los Cursos **NO ofrecen asesoramiento médico ni psicológico ni recomiendan ninguna práctica como tratamiento de problemas de salud sin el consejo profesional de un médico o psicólogo, ya sea directa o indirectamente**. La intención de este documento, de esta página web y de nuestros Cursos es ofrecer información general para ayudar, en lo posible, en la **búsqueda del bienestar emocional y espiritual**. En el caso de que los lectores o asistentes a los Cursos/sesiones de grupo apliquen informaciones o prácticas de este documento, de las sesiones de grupo o de los Cursos, ni los autores ni el **Centro de Terapias Complementarias DARSHAN (YOGA DARSHAN, S.L.)** NO se responsabilizan de ninguna forma de las acciones de dichas personas ni de sus efectos. Nuestras webs no recogen ningún tipo de información de los/las usuarios/as. Gracia/Sant Gervasi, cerca de Plaza Gala Placidia, Plaza Molina, Lesseps, Gran de Gracia, Vallcarca, Republica Argentina, Metro Fontana y Rambla de Prat, Barcelona, 5 DE MAYO DE 2018DXGHG. © 2004-2018. YOGA DARSHAN, S.L.

Formacion Instructoras/es Yoga Nidra-Mindfulness, Sistema DARSHAN
Centros DARSHAN, Gracia / Gala Placidia / Lesseps / St.Gervasi, 6 de 6