



PROGRAMA DE FORMACIÓN CONTINUA EN SOUL YOGA

¡Hola!

Muchas gracias por tu interés en nuestro programa Soul Yoga 21. Soul Yoga 21 es nuestro primer programa de formación continua en Soul Yoga. Cada módulo será una inmersión progresiva de veintidós días en la práctica y filosofía del yoga. Todos los meses tocaremos un tema distinto, y terminaremos el año con un conocimiento profundo de nosotros mismos, nuestro propósito y nuestra práctica de yoga a nivel físico y emocional.

Este programa NO es un profesorado o certificación de yoga. Es un programa para educarte de manera integral en este estilo de vida, para profundizar en tu práctica si es que ya eres profesor, o para empezar de manera ordenada si es que recién te inicias en el yoga.

Para ver la información completa por favor visita kodigitalstudio.com/p/soulyoga21-110121
Si aún tienes dudas, escribe a ko@iliveko.com

CURRÍCULA 2021

1. ENERO
Tu lugar en el mundo (Chakra Raíz).
2. FEBRERO
Tu interacción con el mundo (Yamas).
3. MARZO
Tu creatividad y pasión (Chakra del sacro).
4. ABRIL
Tu ruta al balance (Shatkarma).
5. MAYO
Tu poder personal (Chakra del plexo solar).
6. JUNIO
El ritmo de tu cuerpo (Ayurveda).
7. JULIO
Tu apertura y compasión (Chakra del corazón).
8. AGOSTO
Tu alineamiento en el mat y en vida (principios de alineamiento).
9. SETIEMBRE
Tu voz y verdad (Chakra de la garganta).
10. OCTUBRE
Tu poder personal en tu relación contigo (Niyamas).
11. NOVIEMBRE
Tu relación contigo (Chakra del tercer ojo).
12. DICIEMBRE:
Tu propósito (Dharma).