

Introducción a

# la YOGATERAPIA

Un taller experiencial con  
Dr. KAUSTHUB DESIKACHAR

YOGA EN LA TRADICIÓN DE  
T Krishnamacharya &  
TKV Desikachar

BARCELONA 21 DE MAYO del 2016

de 9h a 16h

MADRID 22 DE MAYO del 2016

de 9h a 16h



# LA ESENCIA DE LA YOGATERAPIA

En la actualidad el Yoga, una disciplina milenaria que se originó en la antigua India, está ganando cada vez más popularidad y reconocimiento como sistema complementario de salud. El maestro Sri T Krishnamacharya, uno de los grandes Yoguis contemporáneos, fue quien a principios del siglo XX volvió a introducir el Yoga de una manera completamente adaptable y aplicable a nuestra sociedad moderna. A pesar de que el Yoga ofrezca una amplia gama de herramientas con grandes beneficios de sanación y transformación personal, está habitualmente asociado solo con la práctica de posturas físicas. En esta tradición sin embargo se ofrecen muchas más herramientas, que son muy importantes en el proceso de autosanación.

La Yogaterapia es un proceso de empoderamiento, en el cual el alumno, bajo la guía del Yogaterapeuta, implementa una práctica personalizada en constante desarrollo, que no solo enfoca la enfermedad de manera multidimensional, sino que también tiene el objetivo de aliviar progresivamente el malestar, siendo a la vez completamente compatible con la medicina occidental. La ventaja del Yoga es su visión holística y por esa razón las herramientas del Yoga se enfocan en todos los planos del ser humano. Algunas de sus herramientas más poderosas son posturas, respiración consciente, meditación, estilo de vida, visualización, sonidos vocales y recomendaciones alimentarias, resultando en un proceso de sanación integral y altamente eficaz para el que lo practica.

Este seminario de un día está especialmente diseñado para profesores de Yoga que quieran profundizar en la visión holística y terapéutica del Yoga según la tradición clásica de T Krishnamacharya & TKV Desikachar. Los participantes aprenderán los principios esenciales de la Yogaterapia, un sistema de sanación que tiene su punto de partida desde la Mente, practicando Asana, Pranayama, Mantra, Mudra, Nyāsa y Meditación. El seminario incluye presentaciones, discusiones abiertas y prácticas experienciales.

El Dr. K Desikachar, hijo y alumno de TKV Desikachar, empezó a estudiar Yoga cuando tenía nueve años. Después de haber completado sus estudios universitarios, se comprometió a enfocarse plenamente en el estudio y la enseñanza del Yoga. Ha co-escrito varios libros, como 'El Yoga del Yogui', una biografía de su abuelo y gran yogui T Krishnamacharya y "El Corazón de Asana, un manual comprensivo sobre los asanas clásicos del Yoga". Se doctoró en psicología en la Universidad de Madras con la temática "Los efectos de la Yogaterapia individualizada en la calidad de vida". El Dr. K Desikachar trabaja como Yogaterapeuta y ofrece soluciones eficaces para todo tipo de desequilibrios mentales, emocionales y físicos. Combina las enseñanzas del Yoga, el Ayurveda, los Vedas y la psicología moderna con el objetivo de empoderar a sus clientes en su camino de sanación, haciéndoles descubrir su propio potencial. El Dr. K Desikachar es reconocido por su conocimiento profundo de la tradición del Yoga y su capacidad de explicar esas enseñanzas milenarias de manera accesible y adaptable en nuestra sociedad moderna. Da formaciones de YOGATERAPIA a profesores de Yoga en Bruselas, Europa. La próxima promoción empieza en agosto 2016. Para más información sobre la formación: [www.kausthub.com/yth2016es](http://www.kausthub.com/yth2016es)

## FECHAS DE LOS SEMINARIOS EN ESPAÑA:

### BARCELONA

21 DE MAYO 2016 de 9h a 16h

Espai de ioga, Yogaia

Pg. Sant Joan 121

08037 BARCELONA, ESPAÑA

### MADRID

22 DE MAYO 2016 de 9h a 16h

Espacio Ronda

Ronda de Segovia 50

28005 MADRID, ESPAÑA

## PRECIO

€90 Precio de un seminario de un día

## CONTACTO

### Dana Ginevro

Tel: +34 677031637

Email: [yogabydana@outlook.com](mailto:yogabydana@outlook.com)

Dr. Kausthub Desikachar dará **sesiones individuales de Yogaterapia** el viernes 20 de mayo en Barcelona y el lunes 23 de mayo en Madrid. Para coger hora contacta con Dana Ginevro.