

*“Nadie puede darte lo que ya tienes,
la posibilidad de ser tu mismo”*

Coordinación:



hernansaiz_luis@hotmail.com
Tel.: 91 528 49 54

Coplanet

Colabora:



Lugar:



C./ Ronda Segovia, 50 • Madrid
info@upf-spain.org
BUS: 3 - 35 - 23 - 41 - C1 - C2
Metro: L.5 Puerta Toledo

Patrocinan:

Revista ESPACIO HUMANO
Productos Ecologicos AHIMSA
Centro Yoga CIRCULO ARMONIA
Revista YOGA JOURNAL
Panadería Integral BIOGREDOS
Revista Digital UAKIX
Revista VERDEMENTE
Purificadores agua PSA
Productos Dietéticos ROBIS
Ediciones IBERSAF
Restaurante Vegetariano ESTRAGÓN
Ediciones ADHANA
Soluciones Informáticas DUODUO
ECOCENTRO

COPLANET
en Sintonía
Madrid, 25,26 y 27 Noviembre 2011



Conferencias
Talleres
Prácticas
Meditación

Entrada Gratuita 

PROGRAMA

VIERNES 25 18, 30 h.

Presentación y objetivo del encuentro.

YOGA es uno y de esa unidad surgen diferentes: Métodos, Estilos, Escuelas y Especialidades.

Métodos: compuestos a su vez por un conjunto de técnicas que conducen la autorrealización (Samadhi).

Estilos: son formas establecidas por un maestro con linaje, para transmitir un método.

Escuelas: son grupos de personas, que tienen a uno o varios maestros y practican uno o varios métodos de yoga con determinados estilos.

Especialidades: son técnicas que contemplan diferentes objetivos.

TALLERES

VIERNES 25 19,00 h.

ORÍGENES Y FUNDAMENTOS DEL YOGA.

Por: Rafael Romero Dávila

Osteópata: Director del Centro Naturista Granada; Director de Escuela Dávila (técnicas manuales y energéticas). Profesor de Yoga formado en: Yoga terapéutico; Yoga Chikitsa; Filosofía Vedanta Asthanga Yoga Filología Sánkrita (Devanágari) www.centro-davila.com

20,30 h.

MODERAR LOS ESTADOS DE ANIMO POR MEDIO DE LA RESPIRACIÓN.

PRÁCTICA: EJERCICIOS DE PRANAYAMA

Por: Mayte Criado

Directora de la Escuela Internacional de Yoga, Experta de Yoga en el INCUAL (Ministerio de Educación) Formadora de Profesores de Yoga desde hace 23 años.

SABADO 26

10,00 H.

PRÁCTICA: ÁSANAS NYASA BHÁVANA

Por: Rafael Romero Dávila

11,30 H.

EL ARTE DE AMAR A LA VIDA POR MEDIO DEL TANTRA YOGA

PRÁCTICA: ASANAS EN PAREJAS

Por: J. Antonio Varela

Especialista en diversas terapias naturales, Profesor de Yoga, Tai-chi, Chi-kung, Integrador del método Taoista Raizar

13,00 H.

LA EXCELENCIA EN EL RENDIMIENTO FÍSICO A TRAVÉS DEL HATHA YOGA.

PRÁCTICA: SESIÓN DE POSTURAS DE YOGA

Por: J. Manuel Vázquez

Especialista en Yoga Terapéutico e Integral, Experto de Yoga en el INCUAL (Ministerio de Educación) Presidente de la Asociación Shiva Shakti y reconocido por la Unión Europea de Yoga.

17,00 H.

SIMILITUDES ENTRE YOGA Y TAO

PRÁCTICAS: WU WEI Y ASANAS DINAMICAS

Por: J. Luis Hernansáiz

Formador de Profesores de la Asociación Internacional de Yoga Yoghismo, con 30 años de experiencia, Experto de Yoga en el INCUAL (Ministerio de Educación) Facilitador en Wu Wei (Taoista) hernansaiz_luis@hotmail.com

18,30 H.

LA VIBRACIÓN DEL SONIDO PARA ARMONIZAR EMOCIONES, MENTE Y ESPÍRITU

PRÁCTICA: CONCIERTO DE NAAD YOGA POR EL GRUPO SUNIE

Por: Sampuran

Formadora de profesores de Naad Yoga. Página Web: www.naadyogaspain.wordpress.com

20,00 H.

OPTIMIZAR LOS POTENCIALES DE LA MENTE

PRÁCTICAS: MEDITACIÓN

Por: Juan Manzanera

Formado en filosofía budista, fue monje de la tradición tibetana siendo el Dalai Lama uno de sus principales maestros. Licenciado en Psicología, lleva enseñando meditación más de 25 años. Funda y dirige la Escuela de Meditación en Madrid. Es autor de los libros, El placer de meditar, La mirada del maestro y El hallazgo de la serenidad. Página Web: www.escuelademeditacion.com

amanzanera@gmail.com

Domingo 27 10,00 H.

DOULA EMBARAZO, PARTO Y POSPARTO

PRÁCTICAS: DEL MISMO TEMA

Por: Yolanda Caballero Gardyn

Profesora de yoga prenatal y postnatal. Diplomada como enfermera y graduada como matrona por la

universidad de Brighthon (Reino Unido).

www.yogaydanzaporsteando.com

Telf. 654069121

11,30 H.

CODIGO ÉTICO DEL YOGA Y ACTITUDES SALUDABLE

Por: Fabián Rojas

Licenciado en Filosofía y Letras (Sociología y Antropología), Psicólogo Clínico, trabajando como psicoanalista, también profesor de Yoga, Judoka, y Karateka.

13.00 H.

COMO MEJORAR LA CREATIVIDAD Y LAS REALCIONES HUMANAS CON TECNICAS DE YOGA

PRÁCTICA: YOGA

Por: Fabián Rojas

Domingo 27 a las 17,00 h.

FESTIVAL DE CLAUSURA:

Práctica colectiva de Yoga en Grupo (Shanga Yoga) en el Retiro. (Palacio de Cristal)

“Nadie puede darte lo que ya tienes; la posibilidad de ser tu mismo”

NOTAS:

Para asistir a las actividades, recomendamos traer ropa deportiva y esterilla para el suelo, ya que habrá prácticas.

La Coordinación se reserva la posibilidad de modificar la programación ante cualquier eventualidad y el derecho de admisión, por motivos de saturación, ya que la entrada es gratuita.