



**EUROINNOVA**  
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

**EDU**  
SPORT

 **UTAMED**

**Curso de Hatha Yoga + 8 Créditos ECTS**





Entrena tu pasión,  
fortalece tu talento

# ÍNDICE

1 | Somos  
EduSport

2 | Alianzas

3 | Rankings

4 | By EDUCA  
EDTECH  
Group

5 | Metodología  
LXP

6 | Razones  
por las que  
elegir  
EduSport

7 | Financiación  
y Becas

8 | Métodos de  
pago

9 | Programa  
Formativo

10 | Temario

11 | Contacto

## SOMOS EDUSPORT

---

EDUSPORT es una institución de formación deportiva online dedicada a ofrecer educación de calidad en el ámbito del deporte. Nuestro objetivo **proporcionar a los entusiastas del deporte las herramientas necesarias con las que elevar sus habilidades al máximo potencial**, alcanzar sus metas y disfrutar de su pasión por el deporte de forma plena.

A través de nuestro contenido educativo, programas personalizados y una comunidad en línea damos lo mejor de nosotros por inspirar, motivar y guiar a nuestros estudiantes en su viaje hacia la excelencia deportiva. En EDUSPORT conocimiento y práctica van unidos y nuestro compromiso con el alumnado es firme para conseguir que alcancen un futuro profesional prometedor.

Más de  
**18**  
años de  
experiencia

Más de  
**300k**  
estudiantes  
formados

Hasta un  
**98%**  
tasa  
empleabilidad

Hasta un  
**100%**  
de financiación

Hasta un  
**50%**  
de los estudiantes  
repite

Hasta un  
**25%**  
de estudiantes  
internacionales



Desde donde quieras y como quieras,  
**Elige EDUSPORT**

## ALIANZAS EDUSPORT Y UTAMED

---

UTAMED y EDUSPORT forjan una alianza que revoluciona la formación online en el ámbito del deporte, la salud y la gestión educativa.

Por un lado, UTAMED (Universidad Tecnológica Atlántico-Mediterráneo) nace como una universidad digital con una clara vocación internacional. Su modelo educativo 100% online se orienta a dotar a los estudiantes de competencias profesionales alineadas con el nuevo mercado global, mediante programas innovadores y metodologías activas.

EDUSPORT, por su parte, es una institución especializada en la formación para el sector deportivo, con un enfoque práctico y actualizado. Su propuesta abarca desde la gestión deportiva hasta la actividad física, la salud y el entrenamiento, siempre con un compromiso claro con la profesionalización del sector.

Esta alianza estratégica tiene como objetivo diseñar itinerarios formativos que respondan a las nuevas necesidades del deporte en clave digital, incorporando tecnologías emergentes, contenidos adaptativos y experiencias de aprendizaje orientadas al desempeño.

Ambas instituciones apuestan por un ecosistema formativo que combina la flexibilidad del entorno online con la profundidad técnica, preparando a futuros profesionales del deporte para liderar el cambio en un contexto cada vez más exigente y digitalizado.



## RANKINGS DE EDUSPORT

---

EDUSPORT se engloba en el conjunto de **EDUCA EDTECH** Group, que ha sido reconocido por su trabajo en el campo de la formación online. Todas las entidades bajo el sello EDUCA EDTECH comparten la misión de democratizar el acceso a la educación y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación.

Gracias a ello ha conseguido el reconocimiento de diferentes rankings a nivel nacional e internacional.



## ALIANZAS Y ACREDITACIONES

---



**UCAM**  
UNIVERSIDAD  
CATÓLICA DE MURCIA

Universidad de **Vitoria-Gasteiz** **EUNEIZ**



**Universidad Europea  
Miguel de Cervantes**

[Ver curso en la web](#)



## BY EDUCA EDTECH

---

EDUSPORT es una marca avalada por **EDUCA EDTECH Group**, que está compuesto por un conjunto de experimentadas y reconocidas **instituciones educativas de formación online**. Todas las entidades que lo forman comparten la misión de **democratizar el acceso a la educación** y apuestan por la transferencia de conocimiento, por el desarrollo tecnológico y por la investigación



### ONLINE EDUCATION

---



[Ver curso en la web](#)



# METODOLOGÍA LXP

---

La metodología **LXP** permite una experiencia mejorada de aprendizaje integrando la AI en los procesos de e-learning, a través de modelos predictivos altamente personalizados, derivados del estudio de necesidades detectadas en la interacción del alumnado con sus entornos virtuales.

EDUCA LXP es fruto de la **Transferencia de Resultados de Investigación** de varios proyectos multidisciplinares de I+D+i, con participación de distintas Universidades Internacionales que apuestan por la transferencia de conocimientos, desarrollo tecnológico e investigación.



## 1. Flexibilidad

Aprendizaje 100% online y flexible, que permite al alumnado estudiar dónde, cuándo y cómo quiera.



## 2. Accesibilidad

Cercanía y comprensión. Democratizando el acceso a la educación trabajando para que todas las personas tengan la oportunidad de seguir formándose.



## 3. Personalización

Itinerarios formativos individualizados y adaptados a las necesidades de cada estudiante.



## 4. Acompañamiento / Seguimiento docente

Orientación académica por parte de un equipo docente especialista en su área de conocimiento, que aboga por la calidad educativa adaptando los procesos a las necesidades del mercado laboral.



## 5. Innovación

Desarrollos tecnológicos en permanente evolución impulsados por la AI mediante Learning Experience Platform.



## 6. Excelencia educativa

Enfoque didáctico orientado al trabajo por competencias, que favorece un aprendizaje práctico y significativo, garantizando el desarrollo profesional.

SPORT



SPORT

Programas  
**PROPIOS**  
**UNIVERSITARIOS**  
**OFICIALES**

# RAZONES POR LAS QUE ELEGIR EDUSPORT

---

## 1. Nuestra Experiencia

- ✓ Más de **18 años de experiencia**.
- ✓ Más de **300.000 alumnos** ya se han formado en nuestras aulas virtuales
- ✓ Alumnos de los 5 continentes.
- ✓ **25%** de alumnos internacionales.
- ✓ **97%** de satisfacción
- ✓ **100% lo recomiendan**.
- ✓ Más de la mitad ha vuelto a estudiar en Euroinnova.

## 2. Nuestro Equipo

En la actualidad, Euroinnova cuenta con un equipo humano formado por más **400 profesionales**. Nuestro personal se encuentra sólidamente enmarcado en una estructura que facilita la mayor calidad en la atención al alumnado.

## 3. Nuestra Metodología



### 100% ONLINE

Estudia cuando y desde donde quieras. Accede al campus virtual desde cualquier dispositivo.



### APRENDIZAJE

Pretendemos que los nuevos conocimientos se incorporen de forma sustantiva en la estructura cognitiva



### EQUIPO DOCENTE

Euroinnova cuenta con un equipo de profesionales que harán de tu estudio una experiencia de alta calidad educativa.



### NO ESTARÁS SOLO

Acompañamiento por parte del equipo de tutorización durante toda tu experiencia como estudiante

## 4. Calidad Aenor

- ✓ Somos Agencia de Colaboración N°99000000169 autorizada por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social.
- ✓ Se llevan a cabo auditorías externas anuales que garantizan la máxima calidad AENOR.
- ✓ Nuestros procesos de enseñanza están certificados por **AENOR** por la ISO 9001.



## 5. Confianza

Contamos con el sello de **Confianza Online** y colaboramos con la Universidades más prestigiosas, Administraciones Públicas y Empresas Software a nivel Nacional e Internacional.



## 6. Somos distribuidores de formación

Como parte de su infraestructura y como muestra de su constante expansión Euroinnova incluye dentro de su organización una **editorial** y una **imprenta digital industrial**.

## MÉTODOS DE PAGO

---

Con la Garantía de:



Fracciona el pago de tu curso en cómodos plazos y sin intereses de forma segura.



**VISA**

**PayPal**

**bizum**

**amazon pay**

**Apple Pay**

**Google Pay**

Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



**DISCOVER**



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

## Curso de Hatha Yoga + 8 Créditos ECTS



**DURACIÓN**  
200 horas



**MODALIDAD  
ONLINE**



**ACOMPAÑAMIENTO  
PERSONALIZADO**



**CREDITOS**  
8 ECTS

## Titulación

Titulación de Curso de Hatha Yoga con 200 horas y 8 ECTS expedida por UTAMED - Universidad Tecnológica Atlántico Mediterráneo.

 **UTAMED**

**EDU  
SPORT**

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas expide el presente título propio a

*Nombre del Alumno*

con D.N.I. XXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

*Nombre de la Acción Formativa*

de 200 horas, perteneciente al Plan de formación de UTAMED en la convocatoria de 2025

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con Número de Expediente EDUS/2024-7349-809852

Con una calificación de **NOTABLE**

Y para que conste expido la presente **TITULACIÓN** en  
Granada, a 11 de Enero de 2024

  
Firma del Alumno/a  
NOMBRE ALUMNO/A

  
EDU  
La Dirección Académica  
NOMBRE DE AREA MANAGER



Con Establecimiento, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UMECCI (Num. Resolución 608)

[Ver curso en la web](#)

 **UTAMED**

## Descripción

---

Gracias a este Curso en Hatha Yoga podrás conocer de primera mano los aspectos más importantes de uno de los métodos de yoga más difundidos en todo el mundo. Cuando se haya finalizado, el alumno tendrá conocimientos sobre contenidos relacionados con la conciencia corporal, filosofía energética, fisiología aplicada al hatha yoga, la relajación y asanas y pranayama, técnicas de medicación y, por último, conocer la manera adecuada de programar y realizar sesiones de hatha yoga. Además, el alumno tendrá la posibilidad de estudiar esta formación adaptándola acorde a su disponibilidad y necesidades gracias a nuestra metodología flexible, acompañado en todo momento de un amplio equipo docente especializado.

## Objetivos

---

- Entender los principios y aspectos fundamentales del Hatha Yoga.
- Comprender las envolturas y fisiología energética.
- Conocer todos los elementos fisiológicos aplicados al Hatha Yoga.
- Aprender las técnicas de relajación y meditación.
- Explorar las Asanas y Pranayama en este método de yoga.
- Saber estructurar las sesiones prácticas y la metodología empleada.

## Para qué te prepara

---

Este Curso en Hatha Yoga puede ir dirigido a personas interesadas en explorar y profundizar en la práctica del hatha yoga, tanto principiantes como practicantes avanzados. También es adecuado para instructores de yoga que deseen ampliar sus conocimientos y habilidades para enseñar hatha yoga de manera más completa.

## A quién va dirigido

---

Con este Curso en Hatha Yoga tendrás la posibilidad de aprender los conocimientos y habilidades necesarias sobre meditación, relajación, respiración y posturas, para la práctica de este método de yoga, los elementos más importantes de este método de yoga. Además, desarrollarás las habilidades que se requieren para aprender a programar, implantar y dirigir sesiones de hatha yoga según diferentes contextos.

## Salidas laborales

---

Las salidas profesionales de este Curso en Hatha Yoga son las de monitor o instructor de yoga y profesor especialista en hatha yoga. En general, se puede decir que todas las posiciones relacionadas

con la actividad física que deseen especializarse en esta disciplina. Desarrolla tu carrera profesional y adquiere una formación avanzada y amplia las fronteras de este sector.

## TEMARIO

---

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. CONCIENCIA CORPORAL. INTRODUCCIÓN AL HATHA YOGA

1. Introducción al Hatha Yoga y al yoga
2. Evolución
3. Tipos de Yoga
4. Introducción a los caminos del yoga
5. Yoga y salud

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. FISIOLÓGÍA ENERGÉTICA

1. Las cinco envolturas
2. Los chakras
3. Los nadis

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA APLICADA AL HATHA YOGA

1. Neurofisiología de la actividad cerebral
2. Técnicas de relajación occidentales versus las técnicas orientales
3. Técnicas de relajación adaptadas según objetivos
4. Meditaciones occidentales versus las técnicas orientales
5. Técnicas de observación, concentración y meditación según objetivos

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. RELAJACIÓN

1. Requisitos básicos
2. Fases de la relajación
3. Técnicas orientales de relajación
4. Efectos derivados de la relajación
5. Experiencia vivencial de la relajación
6. Benéficos y contraindicaciones

### UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASANAS EN HATHA YOGA

1. Ejecución técnica de asanas. Principios básicos de Sthira y Sukha en la ejecución del asana
2. Estiramientos, progresiones y ejercicios dinámicos
3. Estructura y clasificación de los asanas. Grupos de asanas
4. Etapas en la ejecución del asana
5. Benéficos y contraindicaciones
6. Contraposturas
7. Observación de modificaciones físicas, emociones y equilibrio energético derivado de la ejecución de asanas
8. Concentración (después de la práctica): vivencias y experiencias derivadas de la práctica de asanas

### UNIDAD DIDÁCTICA 6. PRANAYAMA EN HATHA YOGA

1. Ejecución técnica de pranayama
2. Purificación de los conductos de energía pránica o nadis
3. Etapas en la ejecución de pranayama
4. Ejecución práctica de pranayamas para obtener:
5. Beneficios energéticos derivados de la práctica de pranayama
6. Observación de las modificaciones físicas y la calma mental derivadas de la práctica de pranayama
7. Concentración (después de la práctica): vivencias y experiencias derivadas de la práctica de pranayama

#### UNIDAD DIDÁCTICA 7. MEDITACIÓN EN HATHA YOGA

1. Introducción a la meditación
2. La historia de la meditación
3. Técnicas para meditar
4. Tipos de meditación
5. Beneficios de la meditación
6. Posturas para sentarse

#### UNIDAD DIDÁCTICA 8. PROGRAMACIÓN Y METODOLOGÍA EN LAS SESIONES DE HATHA YOGA

1. Marco teórico: la programación en el ámbito del Yoga
2. Criterios de adaptación de las sesiones a las distintas necesidades y tipología los de practicantes:
3. Criterios de aplicación metodológica y estrategias didácticas individualizadas y en grupo de instrucción de actividades de Yoga
4. Integración de las distintas variables
5. Criterios de programación
6. Elaboración de programas en ámbitos y contextos específicos
7. Estructura del programa y de la sesión de yoga

## ¿Te ha parecido interesante esta información?

Si aún tienes dudas, nuestro equipo de asesoramiento académico estará encantado de resolverlas.

Pregúntanos sobre nuestro método de formación, nuestros profesores, las becas o incluso simplemente conócenos.

## Solicita información sin compromiso

### Teléfonos de contacto

España	 +34 900 831 200	Argentina	 54-(11)52391339
Bolivia	 +591 50154035	Estados Unidos	 1-(2)022220068
Chile	 56-(2)25652888	Guatemala	 +502 22681261
Colombia	 +57 601 50885563	Mexico	 +52-(55)11689600
Costa Rica	 +506 40014497	Panamá	 +507 8355891
Ecuador	 +593 24016142	Perú	 +51 1 17075761
El Salvador	 +503 21130481	República Dominicana	 +1 8299463963

### !Encuétranos aquí!

Edificio Educa Edtech

Camino de la Torrecilla N.º 30 EDIFICIO EDUCA EDTECH,  
C.P. 18.200, Maracena (Granada)

 [formacion@euroinnova.com](mailto:formacion@euroinnova.com)

 [www.euroinnova.com](http://www.euroinnova.com)

### Horario atención al cliente

Lunes a viernes: 9:00 a 20:00h Horario España

¡Síguenos para estar al tanto de todas nuestras novedades!



# EDU SPORT



By  
EDUCA EDTECH  
Group