



EUROINNOVA
INTERNATIONAL ONLINE EDUCATION

EDU
SPORT

Curso de Yoga Hipopresivo





Entrena tu pasión,
fortalece tu talento

ÍNDICE

1 | Somos
EduSport

2 | Rankings

3 | Alianzas y
acreditaciones

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

[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT



Desde donde quieras y como quieras,
Elige EDUSPORT



QS, sello de excelencia académica

Edusport: 5 estrellas en educación online

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.



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

ALIANZAS Y ACREDITACIONES



UCAM
UNIVERSIDAD
CATÓLICA DE MURCIA

Universidad de
Vitoria-Gasteiz **EUNEIZ**



Universidad Europea
Miguel de Cervantes

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](#)

EDU
SPORT

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.



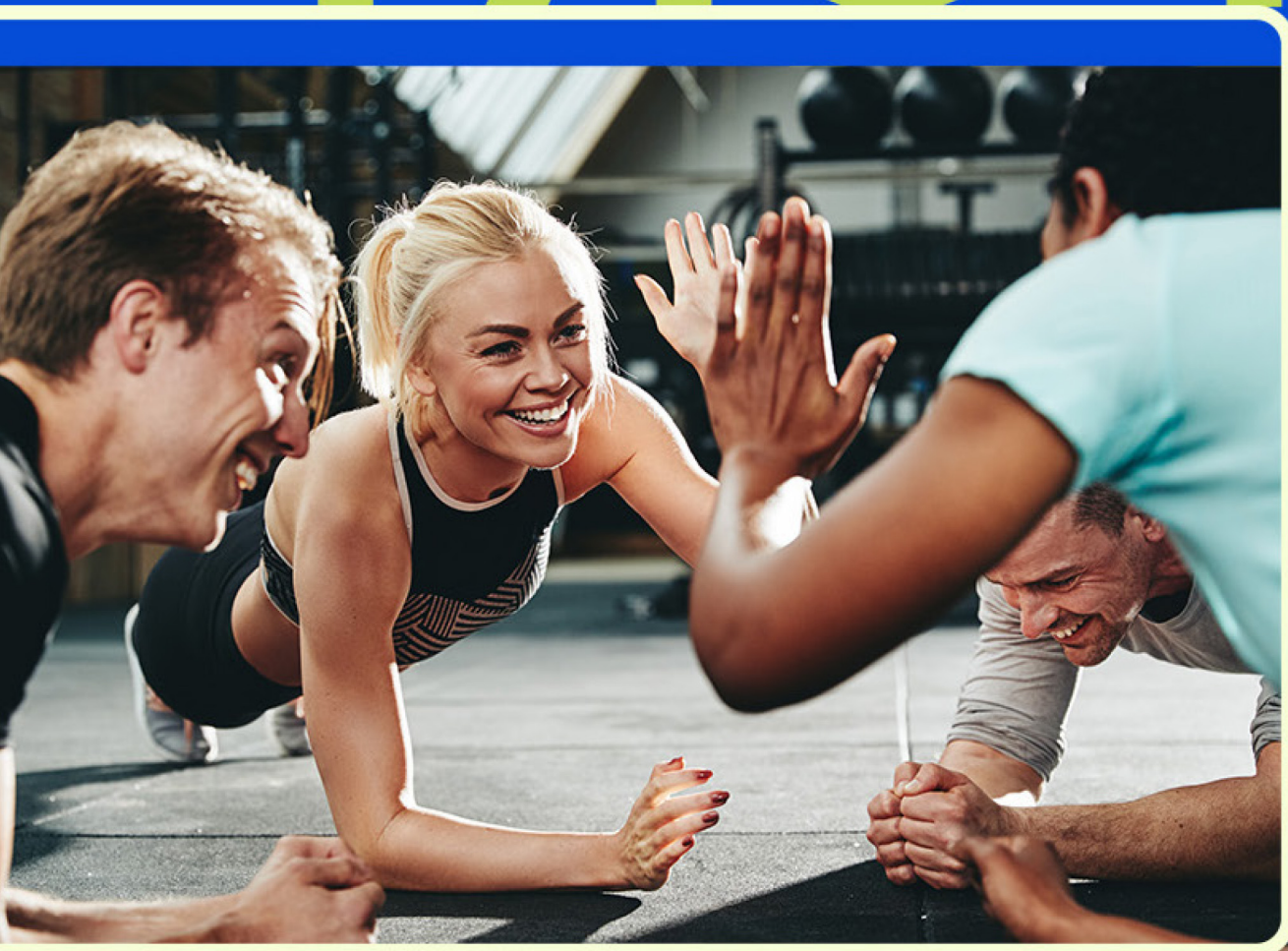
5. Innovación

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.



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.

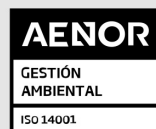


NO ESTARÁS SOLO

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 **imprensa digital industrial**.

FINANCIACIÓN Y BECAS

Financia tu cursos o máster 100 % sin intereses y disfruta de las becas disponibles. ¡Contacta con nuestro equipo experto para saber cuál se adapta más a tu perfil!

25% Beca
ALUMNI

20% Beca
DESEMPLEO

15% Beca
EMPRENDE

15% Beca
RECOMIENDA

15% Beca
GRUPO

20% Beca
FAMILIA
NUMEROSA

33% Beca
DISCAPACIDAD

20% Beca
DEPORTISTAS DE ÉLITE,
ALTO NIVEL Y ALTO
RENDIMIENTO



EDU
SPORT

[Solicitar información](#)

MÉTODOS DE PAGO

Con la Garantía de:



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



Nos adaptamos a todos los métodos de pago internacionales:



y muchos mas...



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

Curso de Yoga Hipopresivo



DURACIÓN
200 horas

**MODALIDAD
ONLINE**

ACOMPañAMIENTO PERSONALIZADO

Titulación

Titulación expedida por EDUSPORT, centro especializado en formación deportiva.



EDUSPORT

como centro acreditado para la impartición de acciones formativas

expiden el presente título propio

NOMBRE DEL ALUMNO/A

con número de documento XXXXXXXXXX ha superado los estudios correspondientes de

Nombre del curso

con una duración de XXX horas, perteneciente al Plan de Formación de EDUSPORT.

Y para que surta los efectos pertinentes queda registrado con número de expediente XXXX/XXXX-XXXX-XXXXXX

Y para que conste expiden la presente titulación en Granada, a (día) de (mes) del (año).

NOMBRE DEL ALUMNO/A
Firma del Alumno/a

NOMBRE DEL AREA MANAGER
La Dirección Académica



Con Enfoque Consultivo, Categoría Especial del Consejo Económico y Social de la UNFPA (Nov. Resolución 5049)

Ver curso en la web

EDU
SPORT

Descripción

Gracias a este en Curso de Yoga Hipopresivo podrás sumergirte en el mundo del yoga desde sus orígenes hasta las técnicas hipopresivas más avanzadas, técnicas cada vez más extendidas en el mundo del entrenamiento y prevención. A lo largo de sus unidades didácticas, explorarás la evolución del yoga, las prácticas hipopresivas, la anatomía y fisiología relevante en la práctica de hipopresivos, y aprenderás técnicas esenciales de respiración y Bandhas. Además, podrás explorar la ejecución de asanas básicos y avanzados, el diseño de sesiones personalizadas y las aplicaciones específicas de esta disciplina. Por otro lado, gracias a una nueva avanzada metodología podrás estudiar a tu propio ritmo y de manera interactiva.

Objetivos

- Comprender la historia y evolución del yoga para contextualizar su práctica actual.
- Dominar las técnicas de respiración y bandhas específicas del yoga hipopresivo.
- Identificar la anatomía y fisiología implicadas en la práctica hipopresiva para su correcta aplicación.
- Ejecutar correctamente asanas básicos y avanzados, adaptándolos a cada necesidad.
- Diseñar sesiones de yoga hipopresivo que se ajusten a objetivos individuales y grupales.
- Aplicar el yoga hipopresivo en contextos específicos para mejorar el bienestar y la salud.

A quién va dirigido

Este Curso de Yoga Hipopresivo puede ir dirigido a profesionales de la instrucción de yoga, fitness y la salud, así como para aquellas personas interesadas en profundizar en su práctica personal de yoga. Es ideal para quienes buscan especializarse en técnicas hipopresivas, mejorar su bienestar físico y mental, y ampliar sus conocimientos sobre la anatomía y fisiología aplicada al yoga.

Para qué te prepara

Con este Curso de Yoga Hipopresivo tendrás la posibilidad de aprender las técnicas del yoga hipopresivo y de diseñar programas de entrenamiento adaptados a las necesidades específicas de tus alumnos, utilizando asanas básicos y avanzados. Este conocimiento te permitirá mejorar la postura, la respiración y el tono muscular de los usuarios, además de ofrecerles una gran herramienta para su bienestar integral.

Salidas laborales

Al finalizar este Curso de Yoga Hipopresivo podrás abrir un mayor número de oportunidades laborales en el ámbito del bienestar físico y la salud como profesional de la instrucción de yoga o del sector fitness. Tu formación en yoga hipopresivo será un valioso diferenciador en tu carrera profesional. ¡Adquiere una formación avanzada y amplía las fronteras de este sector!

TEMARIO

UNIDAD DIDÁCTICA 1. ORÍGENES Y EVOLUCIÓN DEL YOGA

1. Orígenes e historia del yoga
2. Escuelas filosóficas
3. Sendas del yoga clásico
4. El Yoga en occidente

UNIDAD DIDÁCTICA 2. INTRODUCCIÓN AL YOGA HIPOPRESIVO

1. Definición y origen de los hipopresivos
2. Diferencias entre yoga hipopresivo y otros tipos de yoga
3. Beneficios y contraindicaciones

UNIDAD DIDÁCTICA 3. ANATOMÍA Y FISIOLOGÍA DEL YOGA HIPOPRESIVO

1. Anatomía del suelo pélvico
2. Anatomía de la pared abdominal
3. Principios de la respiración hipopresiva y neurodinamia
4. Principios de activación del core

UNIDAD DIDÁCTICA 4. TÉCNICAS BÁSICAS DE RESPIRACIÓN Y BANDHAS

1. Introducción a los Bandhas
2. Uddiyana Bandha y su importancia
3. Mula Bandha y Jalandhara Bandha: integración en la práctica
4. Pranayamas y su importancia

UNIDAD DIDÁCTICA 5. ASANAS BÁSICAS Y AVANZADAS EN YOGA HIPOPRESIVO

1. Asanas básicas en yoga hipopresivo
2. Asanas avanzadas en yoga hipopresivo

UNIDAD DIDÁCTICA 6. DISEÑO DE SESIONES DE YOGA HIPOPRESIVO

1. Principios en la planificación de sesiones
2. Estructura de las clases de yoga hipopresivo
3. Casos prácticos

UNIDAD DIDÁCTICA 7. APLICACIONES ESPECÍFICAS DEL YOGA HIPOPRESIVO

1. Yoga hipopresivo para la salud del suelo pélvico
2. Yoga hipopresivo en el posparto

Solicita información sin compromiso

¡Matricularme ya!

Telefonos 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

 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!



[Ver curso en la web](#)

EDU
SPORT

EDU SPORT



By
EDUCA EDTECH
Group