CERTIFICACIÓN

Bhakti Vinyasa Flow

200 hrs · RYT200 Yoga

TRIBU DISTRITO YOGA · GUADALAJARA · 2027



BHAKTI VINYASA FLOW

Iniciando

¿Para qué certificarme como maestra (o) con Tribu Distrito Yoga?

Tenemos claro que cuando l@s alumn@s están list@s para ir más profundo, es entonces que aparecen las herramientas y l@s maestr@s para lograrlo.

Tomar esta certificación no sólo se trata de convertirte en maestr@, sino de transformarte en verdader@ aspirante a yogui. Y más tarde, a través de tu experiencia, si así lo decides, puedas compartir aquello que te ha enriquecido espiritualmente con mente clara y un corazón amable.

Este es un entrenamiento 200 horas muy completo que te ofrece todo para desarrollar la fluidez y sensibilidad, la consciencia y el equilibrio.. la fuerza y la voluntad sobre tu tapete y en la vida.

¿Qué aprenderé en esta certificación?

- Linajes tradicionales del Yoga
- Historia y Filosofía del Yoga
- Posturas y Anatomía (Biomecánica aplicada al Yoga)
- Métodos para secuenciar posturas, meditación y técnicas de respiración
- Alimentación consciente + transformación de hábitos
- 3 Sistemas diferentes para diseñar clases
- Estrategias para administrar y autogestionar un salón de yoga
- Certificado con validez internacional RYT200 Yoga Alliance
- Paquete de 12 clases mensuales en DistritoYoga por 9 meses para profundizar en tu práctica

INFORMACIÓN GENERAL

Para quién, cuándo y dónde

PARA QUIÉN

¿Quiénes podrían ser parte de esta certificación?

Alumn@s con conocimiento básico (3 meses mínimo de práctica) intermedios y avanzados

CUÁNDO

¿Cuáles son los horarios y las fechas en las que se darán los módulos?

Una vez al mes
Sábado: 10:30 a 18:30 hrs
Domingo: 10:30 a 17:30 hrs

DÓNDE

¿En dónde se darán los módulos de la certificación?

Tribu Distrito Yoga
López Cotilla #1235, 1er piso
(Guadalajara, Jalisco)

CALENDARIO

Fechas

MES	MÓDULOS	IMPARTE
Febrero 20 y 21	01 **Las Bases**	*Tribu DY*
Marzo 13 y 14	02 **Ashtanga Vinyasa**	*Maestr@ Invitad@*
Abril 03 y 04	03 **Dharma**	*Vero Ramos*
Mayo 29 y 30	04 **Soul**	*Jair Casillas*
Junio 19 y 20	05 **Ciencia y Anatomía I**	*Jair + Médico invitad@*
Julio 31 Agosto 1	06 **Sutras**	*Jair Casillas*
Agosto 28 y 29	07 **Secuencias**	*Vero Ramos*
Septiembre 18 y 19	08 **Ciencia y Anatomía II**	*Jair + Médico invitad@*
Octubre 8, 9 y 10	09 **El Inicio (Retiro)**	*Tribu DY*
Noviembre 6 y 7	10 **Ética Yogui**	*Tribu DY*

BHAKTI VINYASA FLOW

Programa

¿Cuántos módulos son, cuál es el temario?

9 Módulos impartidos, una vez al mes en sábado y domingo + 1 módulo de retiro:

MÓDULO 01

Las Bases

- Historia del Yoga
- Los caminos del Yoga + Diario espiritual
- Filosofía del Yoga
- Las 8 Angas de Patanjali
- Pranayama - Bandhas - Drishtis
- Master Clases

MÓDULO 02

Introducción – Vinyasa

- Características del linaje Ashtanga Vinyasa + Saludo al Sol A y B
- Teoría de las posturas (Asanas I)
- Ajustes y uso de Props
- Master Clases

MÓDULO 03

Introducción – Dharma

- Características del linaje Hatha Raja Yoga
- Posturas y secuencias en Dharma + Saludo al Sol
- Bhakti Yoga: El camino de la devoción
- ¿Qué es Bhakti Yoga y cómo se practica?
- Namaskar y pranayamas: Dharma
- Master Clases

MÓDULO 04

Introducción – Soul

- Historia del Vinyasa / Soul
- Koshas y Vayus
- Asanas II (sentados, supinas y shavasana)
- Namaskars (2 Saludos al Sol - SoulYoga)
- Chakras
- Master Clases

MÓDULO 05

Ciencia y Anatomía I

- Fisiología y biomecánica 1
- Asanas III (En pie + en torsión)
- Introducción a la Meditación con Mantras - Kirtan
- Master Clases

MÓDULO 06

Sutras

- Yamas y Niyamas: la ética del Yoga
- Enfoque Yogui
- Pranayamas y Mudras enseñanzas de Kundalini
- Aplicación del Yoga fuera del tapete
- La meditación y sus ciclos 11 - 21 - 40
- Master Clases

MÓDULO 07

Secuencias

- Namaskars A+B - Dharma – Soul
- Metodología para secuenciar - Kriyas y Pratikriyas
- Asanas IV: Core, equilibrio en piernas, balance en brazos
- Diseño de clases en los diferentes linajes
- Master Clases

MÓDULO 08

Ciencia y Anatomía II

- Fisiología y biomecánica
- Alineación y ajustes (Asanas V: Extensiones, flexiones)
- Alimentación consciente (Ayurveda y Nutrición)
- Asanas V: Aperturas e inversiones
- Master Clases

MÓDULO 09

El inicio

- Retiro de Yoga



MÓDULO 10

Ética del Yogui

- El Camino del Maestro
- Karma Yoga y la intención de la ofrenda
- Kleshas
- Transformación de hábitos
- Estrategias para administrar y autogestionar un Shala
- Exámenes
- Evidencias del Servicio Social

INVERSIÓN

Modalidades de pago

OPCIÓN 1

Pronto pago en efectivo

$29,000 mxn

(antes del 15 de Noviembre 2026)

OPCIÓN 2

Pago con tarjeta / transferencia

$33,000 mxn

(verificar con su banco MSI)

OPCIÓN 3

Pago en 8 meses consecutivos

$4,300 mxn

**Cubrir los pagos antes del 11 de Septiembre 2027*

OPCIÓN 4

Paga en 1 sola exhibición

*$17,400 mxn

al inicio + el % restante en 6 mensualidades $3,000 mxn

**Cubrir los pagos antes Agosto 2027*

INVITA A UN AMIGO

*Invitar a un amigo(a) que se inscriba pagando Opción 1. Te genera un bono de $1,000 que se usará para tu pago total. *Promoción válida - máximo 2 invitad@s por alumno. Aplican restricciones.

***NOTA:** *El monto del retiro NO está incluido en el pago. Cualquier pago o anticipo, NO ES REEMBOLSABLE / SÍ TRANSFERIBLE*

Datos bancarios

BANCO	Santander
NÚMERO DE CUENTA	60-60224094-1
CLABE INTERBANCARIA	0143 2060 6022 40 9416
PAGOS EN OXXO	557 9070 09189 3894

Para más información envíanos WhatsApp al:

333 236 44 07

LÓPEZ COTILLA #1235, PRIMER PISO · GUADALAJARA, JALISCO

