

ITENACIDET

INSTITUTO TECNOLÓGICO NACIONAL DE CIENCIAS
DEPORTIVAS & TERAPEUTICAS



YOGA

🌟 SOBRE LA CERTIFICACION

🧘🌟 El yoga es una práctica que conecta el cuerpo, la mente y el espíritu 🌊 Esta disciplina utiliza posturas físicas 🧑, ejercicios de respiración 🧘 y meditación 🕉 para mejorar la salud general 🌿💪😊

📧👤 DIRIGIDO A:

🏋️💪 Entrenadores deportivos, preparadores físicos, nutriólogos 🥗, médicos del deporte 🩺, instructores 🎯, profesionistas del área de la salud 📖 y público en general 🌟 interesado en capacitarse en el ámbito deportivo 🏆🔥

🎓🌟 DONDE PODRAS TRABAJAR

🧘📖 Al finalizar la certificación, el egresado contará con el conocimiento y las habilidades empíricas necesarias para poder celebrar su labor como instructor en yoga 🌿💪🕉🌟

📄 VALOR CURRICULAR:

Certificado
Diploma
Constancia



LO QUE APRENDERAS:

☐ Yoga Restaurativo

- Historia del Yoga
- Sistema Óseo
- Sistema Muscular
- Yoga para Niños

☒ Yoga Kundalini

- Introducción al Yoga Kundalini
- Nidra Yoga
- Sistema Respiratorio y Circulatorio
- Mantras

☒ Hata Yoga

- Introducción al Hata Yoga
- Meditación y Conciencia
- Calistenia
- Elongación

☒ Vinyasa Yoga

- Asana Vinyasa
- Iyengar Yoga
- Yoga Flow
- Mudras

☒ Yoga Fitness & Bikram

- Pilates Mat
- Yoga Fitness
- Power Yoga
- Hot Yoga (Bikram)

☒ Ashtanga

- Saludo al Sol
- Ashtanga Yoga
- Estructura de una Clase 1
- Estructura de una Clase 2

☐ Yoga Integral

- Chakra 1
- Chakra 2
- Chakra 3
- Chakra 4

☒ Yoga Integral

- Chakras 5
- Chakras 6
- Chakras 7
- Yin Yoga



🕒 HORARIO A ELEGIR:

👤🏠 Presencial

- Turno Matutino 9:00 a 13:00 hrs.:
Martes, Miércoles, Jueves, Viernes, Sábado y Domingo

- Turno Vespertino 16:00 a 20:00 hrs.:
Lunes, Miércoles y Viernes

👤💻 On-Line (Clase disponible en cualquier horario)

Clase en vivo Miercoles 18:00 a 20:00 hrs.

🕒 DURACION:

32 sesiones (8 meses aproximadamente)

📍 UBICACION:

México CDMX Gustavo. A Madero Col.
Nueva Tenochtitlan Calle Norte 78-A
#4549 con esq. Oriente 91 (a dos calles del
Metrobús Rio Santa Coleta Línea 5 o a 15
calles del metro Eduardo Molina Línea
amarilla)

📄 DOCUMENTOS INICIALES:

- 2 fotos tamaño infantil (sin brillo)
- 1 copia de comprobante de domicilio
- 1 copia de identificación oficial
- 1 certificado médico

VALIDEZ ACADEMICA:

- ✅ (ITENACIDET) Instituto Tecnológico Nacional de Ciencias Deportivas & Terapéuticas.
- ✅ (RENADEP) Registro Nacional de Entrenadores Deportivos.
- ✅ (SEP) Secretaría de Educación Pública.
- ✅ (CONOCER) Consejo Nacional de Normalización y Certificación.
- ✅ FUNDACIÓN EDUCA DEPORTE.
- ✅ (ANECFIT) Asociación Nacional de Cultura Física y Deporte.
- ✅ (ITPF) Instituto Técnico de preparación Física.
- ✅ Universidad Tecnológica Fidel Velázquez
- ✅ CERTIFICA Instituto de Capacitación & Profesionalización S.A. de C.V.



  PAGO EN MENSUALIDADES  

MENSUALIDAD PRESENCIAL:

INSCRIPCION:

\$1,199.00

MENSUALIDAD:

\$1,199.00

  En el pago puntual de la mensualidad, se realiza un descuento de \$200.00 

 Quedando la mensualidad en un monto de \$999.00 

MENSUALIDAD ON-LINE:

INSCRIPCION:

\$1,199.00

MENSUALIDAD:

\$1,199.00

  En el pago puntual de la mensualidad, se realiza un descuento de \$600.00 

 Quedando la mensualidad en un monto de \$599.00 

  ¡PUEDES REALIZAR TU PAGO DE CONTADO HASTA 3 MESES SIN INTERESES CON CUALQUIER TARJETA DE CREDITO!  

MONTO ORDINARIO DE LA CERTIFICACION

\$10,767.00

  Monto total realizando pagos en cómodas mensualidades  

MONTO POR CUBRIR CON EL PAGO DE CONTADO:

\$6,460.00

  Monto con 40% de descuento sobre el monto ordinario de la Certificación 

AHORRO DE:

\$4,306.00

  ¡Te estarás ahorrando el 40% de descuento realizando tu pago de contado! 

? ¿POR QUÉ ITENACIDET?

  Obtendrás la documentación que respaldará tu labor y fortalecerá tu CV  

  Adquirirás el conocimiento necesario para desempeñar tu trabajo correctamente  

  Incrementarás tus oportunidades laborales, así como tu desarrollo personal y profesional  

  Conocerás el medio profesional para emprender tu propio centro deportivo o consultorio  

  Crearás relaciones de alto valor que podrán convertirse en oportunidades laborales, sociedades y recomendaciones  

  Podrás autoemplearte aplicando lo aprendido en ti mismo y optimizando tu evolución personal 

MX  Contribuyes al crecimiento de tu país y al bienestar de más personas  



REDES SOCIALES:



56-21-75-41-37



ITENACIDET



WWW.ITENACIDET.COM

