



Certificación Profesor de Kundalini Yoga con Maestro Kartar

Casa Kundalini Yoga te presenta el programa Vitalidad y Estrés para la certificación como Profesor de Kundalini Yoga, programa dirigido por el experimentado Maestro Kartar, quien ha estado sirviendo durante más de cuarenta años esta tecnología sagrada.

Curso Online que puedes completar en un período de 120 días con las siguientes tareas:

- Tres fines de semana con clases en línea y en vivo que quedan grabados para su repaso o para quienes no pudieron asistir.
- Estudio en casa de los manuales.
- Sadhana de 90 días.
- Acceso opcional al entrenamiento online regular con Kartar.
- Visionado y práctica en casa de los vídeos del Maestro.
- Tres tutorías en vivo con el tutor delegado.
- Examen final.

Puedes hacer el curso también para profundizar, beneficiarte de tu desarrollo personal o para tus aplicaciones profesionales, sin derecho de certificación ni cumplimiento de sus tareas-requisitos, solo la asistencia a las clases lectivas. Este módulo es uno de cinco que completan la certificación como Profesor de Kundalini Yoga. [Ver aquí](#)

En este curso adquirirás habilidades para:

- Gestionar tu estrés personal y profesional.
- Incrementar tu vitalidad física y mental.
- Conocer a qué **estresores** puedes responder adecuadamente sin exceder la carga **alostática**, alcanzar el estrés tóxico, causa de numerosas enfermedades.
- Saber como usar la **relajación profunda** del yoga para la **sanación**.
- Profundizaremos en la naturaleza de la **crisis** para saber con enfrentarla con éxito.
- Repasaremos los hábitos que configuran nuestro **estilo de vida**, qué **hierbas** y **alimentos** traen **salud**.
- Identificar nuestra **personalidad estresada**. Desarrollar nuestra **claridad mental**.
- Explorar la conciencia como una herramienta primaria de desarrollo de la vitalidad y ser un **guerrero espiritual**.
- Aprenderás contenidos para realizar tus propios programas de auto-ayuda o **desarrollo personal**.

El Curso está abierto a:

- Profesores certificados de Kundalini Yoga Nivel 1.
- Profesores y practicantes de cualquier tipo de Yoga que deseen un complemento formativo que les ayude tanto en su vida personal como profesional.
- Terapeutas y profesionales en el ámbito de las relaciones y el crecimiento personal que deseen adquirir conocimientos más profundos y herramientas poderosas para combatir el estrés y ayudar a sus clientes.
- Cualquier persona interesada en aprender valiosas herramientas prácticas para conocerse a sí misma y mejorar su salud.

Afirmación del curso

Cultivo mi vitalidad central para honrar y aprovechar las oportunidades que se presentan con cada respiración, para recibirlas como un regalo. Reconozco el valor de mis cuerpos físico y energético y tomo medidas para mantenerlos.

Prospero bajo estrés y desafío; Soy un guerrero espiritual que lidera, eleva y entrega decisiones efectivas. Practico un estilo de vida que incorpora continuos hábitos preventivos para la vitalidad y la victoria. Tengo la resistencia mental y espiritual para atravesar cada crisis y ser un faro para navegar y sobresalir en la Era de Acuario.

Contenidos

<p>EXPLORANDO LA VITALIDAD Y RECONOCIENDO EL ESTRÉS</p> <ul style="list-style-type: none"> • el estrés es una condición, no una enfermedad. • síntomas, fuentes y sensibilidad bajo estrés físico, emocional, mental, espiritual y en las relaciones. 	<p>ESTRÉS ADAPTABLE Y ESTRÉS TÓXICO</p> <ul style="list-style-type: none"> • bioquímica de la respuesta del estrés. • confiando en la inteligencia del cuerpo al enfrentar el desafío. • personalidad vital:manteniendo y volviendo a ganar la vitalidad. • el mágico bálsamo de la respiración.
<p>CONMOCIONES, CONCIENCIA Y CARÁCTER</p> <ul style="list-style-type: none"> • nuestra naturaleza humana básica y tipos de personalidad con predisposición al estrés. • haciéndote amigo de tus emociones y derrotando tus conmociones. • energetizando tu sistema glandular. • sincronizando tu cerebro a la creatividad positiva. 	<p>HÁBITOS PREVENTIVOS Y PERPETUOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • expresión genética y ejercicios. • nutrición para incrementar vitalidad – prana en el alimento. • anatomía ayurvédica, herbología, y equilibrio nutricional. • aromaterapia y masaje para contrarrestar el estrés. • yoga nidra y el arte de dormir para recuperarse del estrés.
<p>EL GUERRERO ESPIRITUAL: IDENTIDAD Y VICTORIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • estrés, adicción y regreso al hábito adictivo. • permanecer estable en tiempos inestables. • la mandala del cuerpo y su integración, entre otras técnicas a través de la comunicación celestial. • creando una relación consciente con el cuerpo pránico. • fortaleza, curiosidad y voluntad. 	<p>CHERDI KALA: SANA Y LIDERA EN LA ERA DE ACUARIO.</p> <ul style="list-style-type: none"> • resistencia emocional. • sanando la depresión fría y blanca. • autosanación. • el poder del cuerpo sobre la mente.

Level Two Modules



Chat

Al registrarte entrarás en nuestro chat exclusivo en Telegram. Compartiremos todas las noticias, materiales y comentarios.

Fechas y horario

14-15 Septiembre / 12-13 Octubre / 23-24 Noviembre

Sábado y Domingo

8:00 a 14:00 (Hora de San José, California, USA)

Consulta la franja horaria de tu lugar de residencia. [Ver aquí](#)

PAGOS

Por plataforma totalmente segura Stripe (podrás pagar con tu tarjeta de crédito y otros)

❖ **Cuota única 525€ euros. [PAGO AQUÍ](#)**

❖ **3 cuotas de 195€ euros.**

Envía tu nombre, teléfono móvil y correo electrónico a nuestro WhatsApp [+34 669 14 12 28](tel:+34669141228) o correo info@goldentempleacademy.com (Recibirás una nota de aceptación y pago de tu suscripción)

*Se entrega acceso a manuales y vídeos digitales al registrarse.

Las cuotas no incluyen:

- Los gastos de gestión, certificación y registro en KRI. Coste extra de 49\$ (a pagar 1 de octubre).
- Membresía que no sea Asociación Templo Dorado.

La cuota incluye:

- Todas las clases lectivas y tutorías online.
- Acceso a entrenamiento regular online con Kartar (en vivo o grabación).
- Membresía a la Asociación Golden Temple.
- Acceso al Chat exclusivo.
- Certificación Golden Temple Academy & Maestro Kartar.
- Programa de Estudios con derecho a la Certificación KRI.

¿Cómo registrarse?

Realizar pago correspondiente (ver arriba)

Solicita Información a:

CASA KUNDALINI YOGA. Bay Area, CA, USA | Tel: +1 408.398.6240 |
Email: casakundaliniyoga@gmail.com