

YIN YOGA

Certificación YACEP 70 hrs.

Imparte:

Ana Paula
Hernández
Octubre 2026

(Cupo limitado)

INFORMES:

33 32 01 93 96 / 33 19 78 79 32
angieashtanga@gmail.com



Ana tiene más de 20 años de experiencia enseñando Yin Yoga. Ella tomó su entrenamiento con Bernie Clark en 2006, siendo la primera generación de Bernie que se graduó en Vancouver British Columbia, desde entonces Yin Yoga ha sido una parte fundamental de la enseñanza y práctica de Ana combinando Yin con Gentle, Restaurativo, Vinyasa y también enseñando Yin Yoga clásico.



¿Que es Yin Yoga?

El punto de vista Daoista y entendimiento del Asana de una manera más enfocada en sostener posturas por largo tiempo afectando puntos básicos de acupresion en el cuerpo relacionándose directamente con órganos y tejido Yin del cuerpo:

hueso, densidad ósea, articulaciones fascia interna y ligamentos.

¡Práctica ideal para los días de luna llena!



Curso acreditado por YACEP

El curso Yin Yoga es un intensivo de 70 horas en 2 fines de semana y será impartido por **Ana Paula Hernández**.

OCT 2026

HORARIOS

Fechas (Punto Yoga Gdl)

-16, 17 y 18

-23, 24 y 25

Viernes

6:30 pm a 9:30 pm

Sábado

10:30 am a 7:00 pm

Domingo

9:00 am a 6:00 pm



Temario 70 horas:

- Orígenes y Desarrollo del Yin Yoga
- Estudio de Principios Fundamentales del Yin Yoga
- Anatomía de fibras Yin en el cuerpo: huesos, articulaciones, fásica interna y ligamentos
- Meridianos de Yin Yoga
- Yin Asana
- Secuencias y creación de clases
- Beneficios del Yin Yoga!

¡Registro y depósito necesarios!

Inversión: **\$10,489**

Registro con descuento y pago anticipado 1 mes antes del evento (17 de Octubre): **\$9,489**

Reserva tu lugar con **\$2,500 (a favor de total)**

Informes y reservciones: 33 32 01 93 96

(Pago con tarjeta o en efectivo en Punto Yoga)

PuntoYoga, Brasilia 2876 Colomos Providencia.

