

# Re-nacer

yoga prenatal  
postnatal y para la fertilidad



— Formación de 85 horas

# Es para mi?

Esta formación de Yoga Prenatal – Posnatal y para la fertilidad va dirigida a todas aquellas personas que quieran acompañar la maternidad o vivir su propia experiencia de embarazo de una forma más consciente.

Un curso de Yoga y embarazo para profesoras, mujeres embarazadas, parteras, doulas, psicólogas, educadoras, personas que quieran acompañar, parejas y mujeres en general.

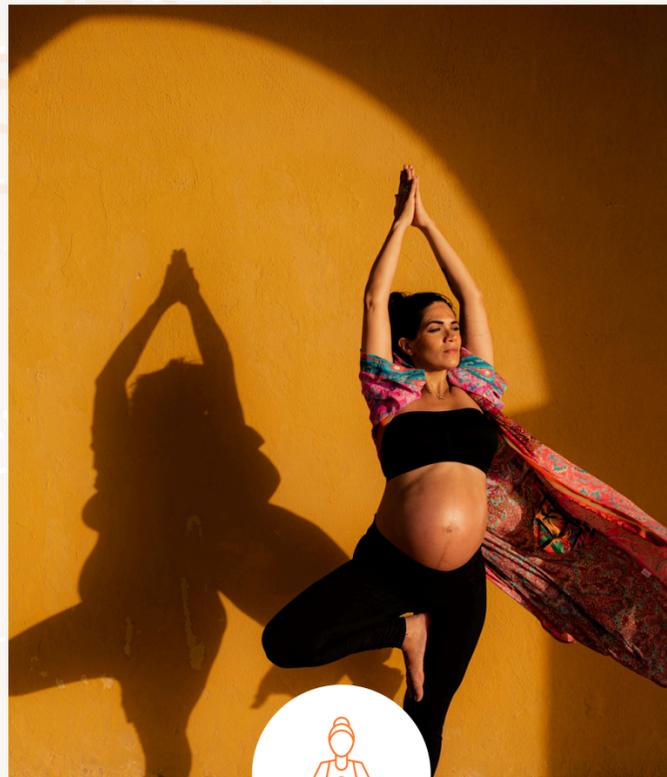
---



La maternidad no tiene por qué ser un reto aislado. Juntas, las mujeres podemos crear comunidades de apoyo donde cada madre se siente respaldada y empoderada.

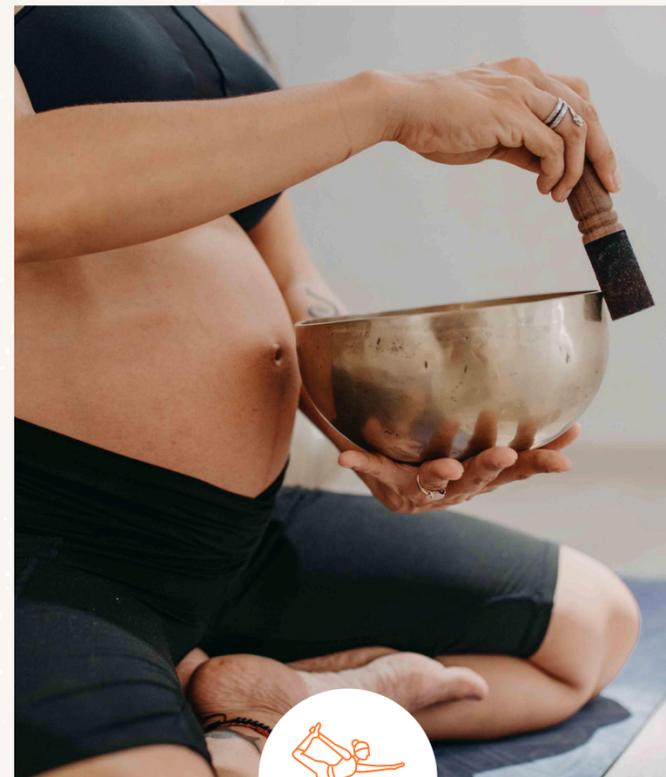


# ¿qué aprenderas?



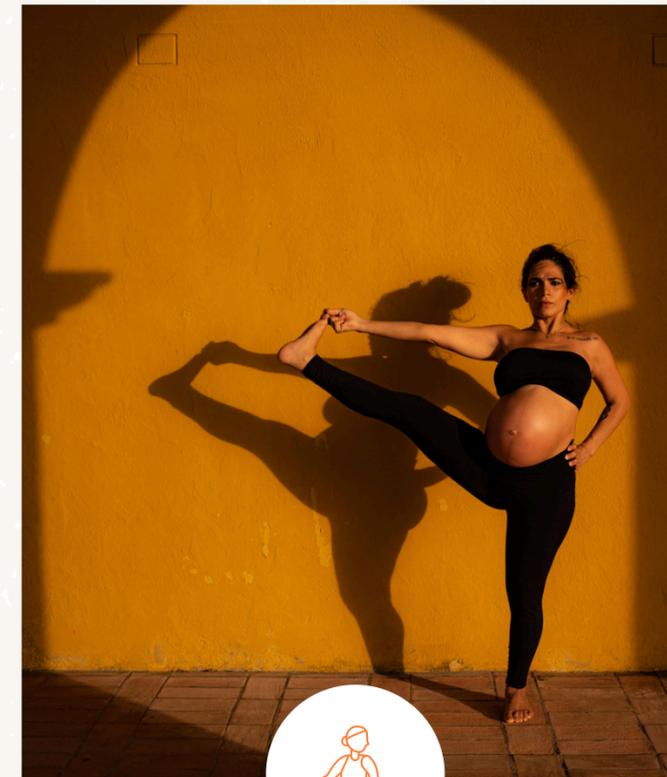
## ASANAS

Taller de posturas: yoga prenatal y postnatal/  
Beneficios y  
contraindicaciones



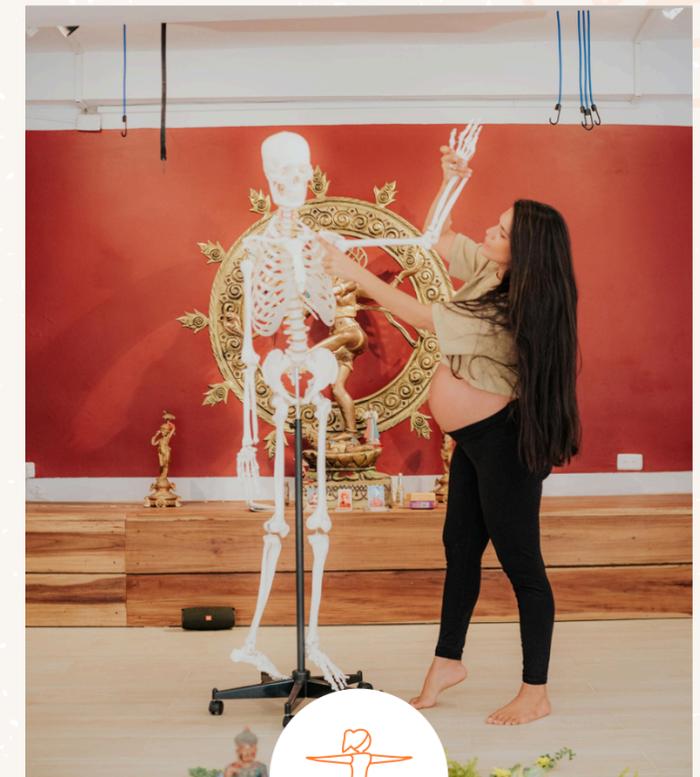
## RITUALES

Como organizar rituales y ceremonias para acompañar este mágico proceso.  
Terapia de sonido para madres gestantes.



## SECUENCIAR

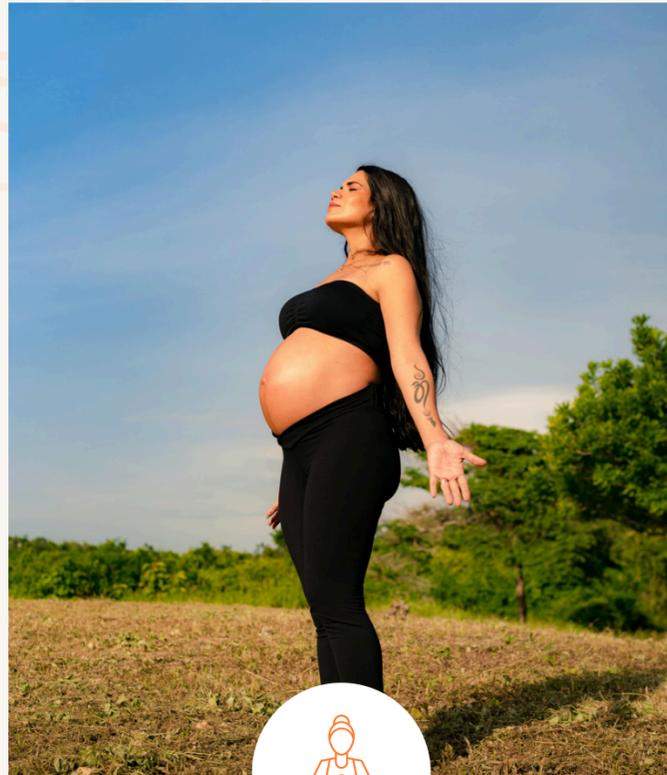
Secuencia prenatal -  
posnatal- para la fertilidad



## ANATOMIA

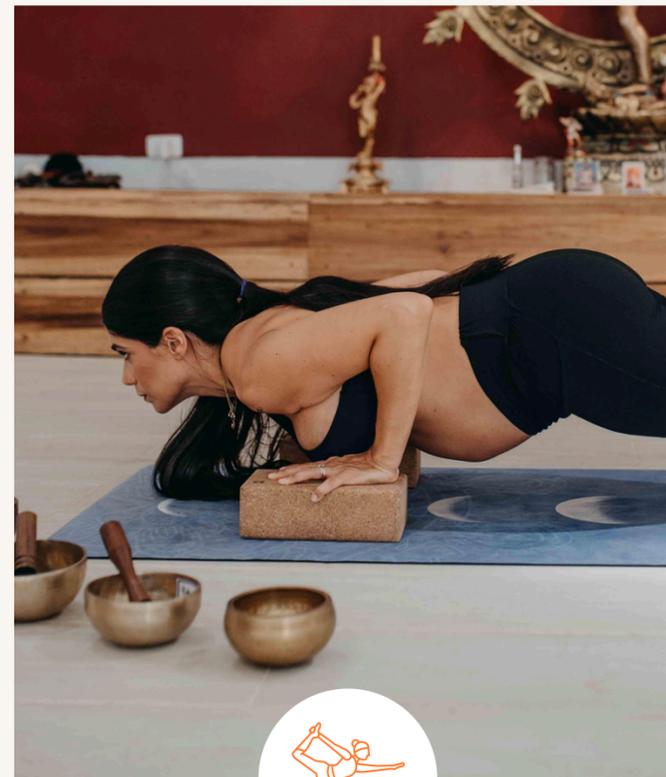
Fisiología de la mujer y cambios en el embarazo  
Fortalecimiento del suelo pélvico

# ¿qué aprenderas?



## AROMATERAPIA

Aromaterapia especial para madres gestantes.



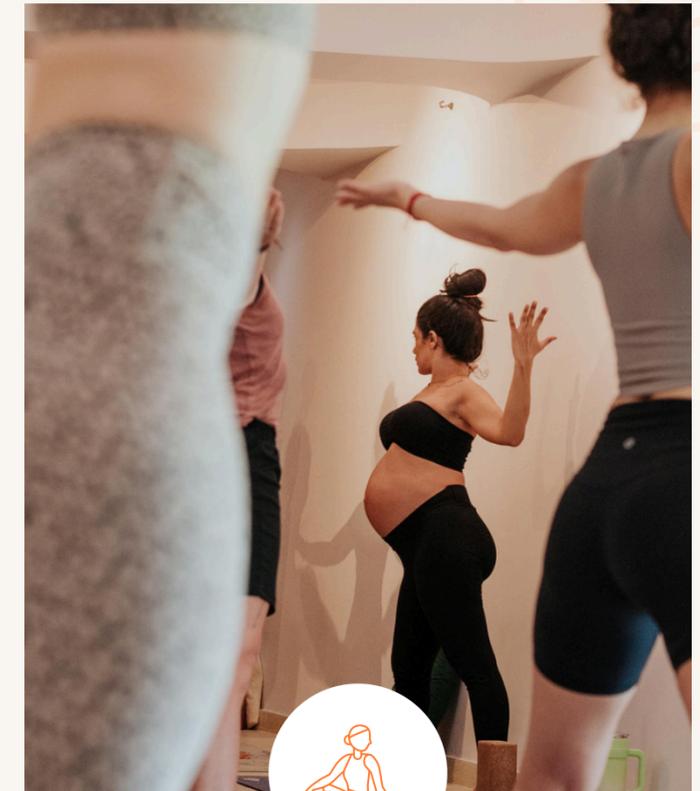
## PROPS

Uso de props por trimestre



## MEDITACION

Meditaciones guiadas para promover el bienestar de las madres gestantes y reducir estrés y ansiedad.



## COMUNIDAD

Como ayudar a crear una tribú que sostenga a la mujer en gestación y posparto.

# ADEMAS, TALLERES ESPECIALIZADOS



## DOULAS

Talleres especializados con dulas para apoyar a mujeres en gestación y posparto.



## ALIMENTACIÓN

Taller alimentación consciente para la fertilidad/prenatal y postnatal



## REFLEXOLOGIA

Reflexologia basica para embarazadas con el fin de acompañar tus sesiones de yoga.



Cada paso se hace más ligero cuando tenemos a otras mujeres a nuestro lado, compartiendo la fuerza y la sabiduría que solo nosotras podemos entender.

mayo 16-23

CUPOS  
LIMITADOS



# LUGAR

AKASHA YOGA SCHOOL  
PUERTO COLOMBIA, ATLANTICO, COLOMBIA

## — que incluye

- 7 noches, 8 días
- Transporte ida y regreso Aeropuerto Barranquilla – Pradomar
- Alimentación completa vegetariana
- Hospedaje en habitación compartida o privada.
- Café, té, y agua potable.
- Material digital
- Certificación avalada por la Yoga Alliance
- Gift Box
- Asesoría indefinida por parte de los docentes después de terminado el curso.

# INVERSIÓN

habitación  
privada

**\$5.300.00 COP**

valor por pronto pago

---

precio despues del pronto pago  
antes del 01 de marzo 2025

**\$5.600.000 COP**

habitación  
compartida doble

**\$4.800.00 COP**

valor por pronto pago

---

precio despues del pronto pago  
antes del 01 de marzo 2025

**\$4.500.000 COP**

# GUIAS

LOS QUE ACOMPAÑAREMOS TU FORMACIÓN  
CON MUCHO AMOR



PABLO BUSTILLO

TERAPEUTA DE SONIDO  
PROFESOR DE MEDITACION Y  
FILOSOFIA



JULIA PAZ

TERAPEUTA HOLISITCA Y  
REFLEXOLOGA



LILA LORDUY

PROFESORA YOGA  
PRENATAL POSTNATAL  
HATHA YOGA  
ASHTANGA/VINYASA  
MADRE



CLARY MARULANDA

DOULA  
ACOMPAÑANTE DE PROCESOS  
DE LA MUJER  
MADRE



En la maternidad, cada mujer tiene una historia que merece ser escuchada, y acompañarse mutuamente es dar espacio a que esas historias florezcan. Que hermoso que la practica nos lleve a vivenciar estos procesos de transformación profunda.



# Contactanos



INFO VIA WHATSAPP

3165880340

iNSTAGRAM

AKASHAYOGASCHOOL

ESCRIBENOS POR CORREO

AKASHAYOGASCHOOL@GMAIL.COM