

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019



CERTIFICACIÓN YOGA DE LA RISA 28 y 29 Septiembre GRANADA

Experiencia vivencial, al final de la cual, tendrás el conocimiento básico del Yoga de la Risa y de cómo funciona en la práctica. Cuales son los múltiples beneficios que aporta para el cuerpo y la mente. A través del baile, del canto, del juego y de la risa para cultivar y mantener la dicha, aprenderás a reírte de tí y contigo llevando mas risa a tu propia vida, además podrás reducir a la vez, tu estrés mental, físico, social y emocional y mucho mas..



<https://www.facebook.com/UniversidadYogadelaRisa>



MT Javier Ruiz Gómez

Si Te Ríes Cambias y si Tú Cambias Todo el Mundo Cambia

YogadelaRisa.eu / Laughteryoga.es  +34 659 16 0576

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

El Yoga de la Risa es una técnica terapéutica desarrollada por un médico el Dr Kataria, en la que se combinan ejercicios de risa con ejercicios de respiración (pranayama), cantos, danzas, música e incluso pintura para despertar tu creatividad al máximo.

Formándote como líder de Yoga de la Risa, aprenderás como guiar un Club de la Risa e impartir sesiones de esta disciplina en diferentes ámbitos.

Aprenderás a incluir más risa en tu vida y a compartir cada vez más bienestar con todas las personas que te rodeen.

Puedes obtener más información sobre el Yoga de la Risa en la web de la Universidad en España donde puedes comprobar como otras personas que decidieron aventurarse a aprender esta técnica ahora son felices

OBJETIVOS:

- Integrar un amplio conocimiento Teórico práctico de Yoga de la Risa, que te permitan guiar una sesión completa en cualquier ámbito social.
- Adquirir recursos para Reír a Solas.

Los propósitos de esta formación son:

- **Crecimiento personal:** Esta experiencia, que para cientos de personas ha significado un positivo cambio de vida, te permitirá integrar una actitud de pensamiento positivo y creativo que aportará más risa y alegría a tu vida, ubicarte en un estado de mayor conciencia y dicha, vivir con más autenticidad y fluidez, sanar el pasado, vivir el presente y abrazar el futuro. También aprenderás a vivir tu cotidianidad con optimismo y con una visión positiva de ti mismo y de los demás, aumentando tu capacidad de resiliencia ante las causalidades de la vida.
- **Desarrollo profesional:** Adquiere las habilidades necesarias para aplicar y enseñar Yoga de la Risa como método de sanación físico, mental, emocional y relacional para fomentar el desarrollo personal, mejorar el estado de ánimo y las relaciones interpersonales, potenciar la creatividad, elevar la conexión espiritual, promover la alegría y armonía alla donde te encuentres, ya sea en centros de trabajo, empresas organismos públicos o privados y un sinfín de beneficios de la vida cotidiana. Aprenderás lo último en normas y estrategias necesarias para profesionalizar tu actividad de Yoga de la Risa en lo que se refiere a organización, mercadotecnia y publicidad, creatividad y habilidades de comunicación y liderazgo. Al completar este entrenamiento obtendrás la autorización impartir Cursos Básicos de Yoga de la Risa.



¿Qué aprenderás?

- Cómo guiar de manera efectiva un grupo de Yoga de la Risa (incluye prácticas diarias con supervisión).
- Cómo crear y mantener una poderosa dinámica de grupo.
- Cómo ayudar a la gente a que convierta una risa proactiva en risa natural, franca, contagiosa y espontánea sin necesidad de depender en chistes, comedia o humor, incluso sin tener sentido humorístico.
- Cómo adaptar tus habilidades para manejar lo inesperado en cualquier situación.
- Cómo enseñar una técnica poderosa y profunda de Meditación de la Risa en la cual no realizarás ningún esfuerzo para reír y la risa brotará de ti como si surgiera de una fuente (esta es una experiencia muy profunda, en la que sentirás como la risa surge desde tu corazón y de tu alma sin necesidad de tener que usar bromas).
- Cómo crear una práctica diaria para reír a solas y animar tu vida con más risa y alegría, y cómo inculcar esto en los demás.
- Cómo evitar el agotamiento o "burnout": respiraciones de yoga y técnicas simples de meditación para el balance interior y el desarrollo espiritual.
- Cómo usar Yoga de la Risa de manera efectiva con personas con necesidades especiales (niños y adultos con capacidades físicas y mentales-diferentes y adultos mayores).
- Como conducir un Coaching de la Risa o Sesiones "Uno a Uno".
- Cómo dirigir un Club de Yoga de la Risa (organización, mercadotecnia y publicidad, creatividad y habilidades de comunicación y liderazgo).
- Cómo organizar y presentar de manera exitosa el entrenamiento para la Certificación de Básicos de Yoga de la Risa.
- Cómo aprender el arte y el oficio de entrar a los medios de comunicación.
- Cómo crear, manejar y hacer crecer exitosamente una empresa de Yoga de la Risa.

DIRIGIDO A (TI):

- Personas que les gustaría tener más risa en su vida o enseñar a otros a aumentar su nivel de risa
- Personas dispuestas a compartir la risa tanto a nivel personal como profesional.
- Monitores de Ocio-Tiempo Libre, de Biodanza, de Yoga, Risoterapeutas, Clown, Educadores, Deportistas, Terapeutas, Amas de casa..
- Personal Sanitario (Médicos, Enfermeras, Auxiliares, Personal de Apoyo)
- Personal de la Enseñanza (Profesores, Maestros, Personal de Apoyo)
- Personal de cara al público (Sector público y privado), Empresarios y Autónomos

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019



¿Por qué entrenarte con el Master Trainer Javier Ruiz Gómez?

Javier es uno de los seis voluntarios que trabajaron in situ en la puesta en marcha de la Universidad Internacional de Yoga de la Risa de la India y Master Trainer de la misma, e imparte sus Certificaciones en Inglés y en Español principalmente en España pero también en cualquier país del mundo donde no exista un Master Trainer en ese País. Gracias a sus aportaciones, fue nombrado Embajador de Yoga de la Risa por sus fundadores el Dr. Madan Kataria y Madhuri Katari de la India, en 2013 durante el Primer Congreso de Yoga de la Risa en Lisboa (Portugal).

Ha entrenado y certificado a cientos de Líderes y Profesores de distintos países. Entre otros títulos, realizó el Primer Postgrado de Experto Universitario en Humanización de la Salud y de la Intervención Social, es Consejero en Salud Natural, fundador de la Técnica de Sanación Alineamiento Vertebral Energético. Participa en múltiples programas de Radio y Televisión. Es fundador y Director de los Congresos de Yoga de la Risa en España, así como Director del Instituto Español de Yoga de la Risa y de la Risa Saludable y fundó también la ONG Ágata (Asociación Gallega de Terapias Holísticas) la cual Preside además de ser el voluntario con más horas de trabajo social altruista. Su extensa experiencia, continua preparación, su gran fuerza de voluntad y compromiso con el Yoga de la Risa todo ello unido a que es una persona muy cercana le lleva a conectar de forma muy rápida con todo el mundo con lo que transmite sus conocimientos desde su experiencia de vida de una forma muy entendible por todos.

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

CONTENIDOS:

Temario (Universidad Internacional de Yoga de la Risa - España)

- Capítulo 1 La Historia
- Capítulo 2 ¿Qué Es El Yoga De La Risa?
- Capítulo 3 Los Cinco Principios Del Yoga De La Risa
- Capítulo 4 ¿Qué Sucede En Una Sesión De Yoga De La Risa?
- Capítulo 5 Contraindicaciones Para La Práctica Del Yoga De La Risa
- Capítulo 6 Beneficios Para La Salud Del Yoga De La Risa
- Capítulo 7 Yoga De La Risa En El Mundo De Los Negocios
- Capítulo 8 Yoga De La Risa Con Mayores
- Capítulo 9 Yoga De La Risa Con Niños
- Capítulo10 Cómo Guiar Una Sesión De Yoga De La Risa De Forma Efectiva – Sistemas Y Procedimientos, Ejemplos De Sesiones
- Capítulo11 El Papel Del Líder (Animador)
- Capítulo12 Como Comenzar Un Club De La Risa
- Capítulo13 Yoga De La Risa En Soledad
- Capítulo14 Clubs De La Risa Por Skype y Por Teléfono
- Capítulo15 Día Mundial De La Risa
- Apéndice 1 La Importancia Del Oxígeno
- Apéndice 2 Las Buenas Prácticas Del Yoga De La Risa
- Apéndice 3 40 Ejercicios Fundamentales
- Apéndice 4 Formulario De Liberación De Responsabilidad
- Apéndice 5 Formación Continua Para Los Profesionales
- Apéndice 6 Juegos de Risa
- Apéndice 7 Formulario ¿Cómo Te Sientes?
- Apéndice 8 Descubre Tu Nivel De Risa
- Apéndice 9 Coeficiente de la Risa
- Apéndice 10 Lista De Más Ejercicios De La Risa
- Apéndice 11 Formato de sesión de 1 hora
- Apéndice 12 Formato de sesión de 30 minutos
- Apéndice 13 Formulario De Evaluación Del Entrenamiento
- Apéndice 14 Formulario Permiso Fotografía y Video
- Apéndice 15 Simulacro entrevista medios de comunicación
- Apéndice 16 Declaración de Visión

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

¿QUÉ TRAER?

- Ropa con la que estés cómodo/a y calcetines gruesos (estaremos sin calzado)
- Mantita, esterilla de Yoga y cojín
- Un cuaderno y un bolígrafo.
- Soporte USB de al menos 8 GB para almacenar material de apoyo.
- Tu mejor predisposición, muchas ganas de aprender, jugar, compartir y pasártelo muy bien.

¿QUIÉN AVALA ESTE CURSO?

Este curso está avalado por la UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE YOGA DE LA RISA EN INDIA [[:www.laughteryoga.org. y en España www.Laughteryoga.es)], .

El curso recibe el nombre de CERTIFICACIÓN porque se certifica que el participante aprendió la metodología tal como lo pide su creador. Al certificarte se te dará de alta en la base de datos de YOGA DE LA RISA INTERNACIONAL en España y tendrás acceso gratuito durante 6 meses a PROZONE, una plataforma para profesionales de Yoga de la Risa.

¿CUÁLES SON LOS REQUISITOS PARA PARTICIPAR?

El curso está dirigido a personas de todas las edades. NO SE REQUIERE EXPERIENCIA EN YOGA.

INCLUYE:

- Manual en castellano
- Paquete de Recursos de apoyo para tu práctica: músicas, ideas, ejercicios
- Certificado reconocido por la Universidad Internacional de Yoga de la Risa
- Reconocimiento internacional por la Universidad Internacional de Yoga de la Risa figurando en la web Laughteryoga.es

HORARIO:

Sábado 10:00 a 14:00 y de 16:00 a 20:00

Domingo 10:00 a 14:00 y por la tarde prácticas reales en Geriátrico

* El Domingo tendremos meditación de la risa antes de desayunar de 9:00 a 9:30

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

INVERSIÓN:

€250 Euros si pagas hasta seis semanas antes del curso

10% de descuento para 2 o más personas que se inscriban juntas

Puedes reservar tu lugar y tu descuento realizando un anticipo de €50 Euros y finiquitar tu pago a primera hora del curso

Política de Cancelación:

Nos reservamos el derecho de posponer o cancelar el evento, caso en el que será reintegrado totalmente el pago recibido por inscripción. No nos hacemos responsables de ningún otro tipo de compensación.

Formas de Pago:

A nombre de: **Javier Ruiz Gómez**

CAIXABANK:

Transferencia (IBAN): ES31 2100 6360 1502 0002 2271

***Pago con Tarjeta de Crédito y + 4% a través de www.paypal.com ,
solicítanos tu ficha de pago enviando un correo electrónico a: [info @ laughteryoga.es](mailto:info@laughteryoga.es)***

Una vez realizado tu pago envíanos notificación mediante correo electrónico con los siguientes datos a [info @ laughteryoga.es](mailto:info@laughteryoga.es)

Nombre y apellidos completos
Dirección de correo electrónico
Números telefónicos fijo y móvil
Cantidad depositada, fecha y banco

Para mayores informes escribe o llama:

Universidad Internacional de Yoga de la Risa en España

www.LaughterYoga.es

[Javier @ laughteryoga.es](mailto:Javier@laughteryoga.es)

Teléfono +34 659 16 05 76 también por con WHATSAPP

Skype: Clubdelarisadeskype

Skype: Javier_Ruiz_Gomez

INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

Lugar donde se va a impartir el curso

DOMO DE ALFACAR














Testimonios en Video

<http://laughteryoga.es/testimonios>



INFORMACIÓN SOBRE EL CURSO DE LÍDERES DE YOGA DE LA RISA // Granada 28 y 29 de Septiembre 2019

<p>Entre Amigas - TVE1</p>  <p>Testimonios de Enfermeras - Congreso de Huesca</p> 	<p>Profesoras IES</p>  <p>Escuela Universitaria de Trabajo Social</p> 	<p>La 3ª Edad y el Yoga de la Risa</p>  <p>Beneficios del Yoga de la Risa</p> 
<p>Beneficios del Yoga de la Risa</p>		
<p>Yoga de la Risa en IES de Calatayud</p> 	<p>Residencia de Mayores en Aragón</p> 	<p>Yoga de la Risa en Consolación</p> 
<p>Acerca de los Congresos de Yoga de la Risa en España</p>		
<p>Psicóloga - Profesora Yoga de la Risa</p> 	<p>Psicóloga Positiva</p> 	<p>Arquitecto - Profesor de Yoga de la Risa</p> 