

Certificat Avancé

Asanas, Alignements et
Variations pour leur utilisation
en Yoga Thérapeutique



Certificat Avancé

Asanas, Alignements et Variations pour leur utilisation en Yoga Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Accès au site web : www.techtute.com/fr/medecine/diplome-universite/diplome-universite-asanas-alignements-variations-utilisation-yoga-therapeutique

Sommaire

01

Présentation

Page 4

02

Objectifs

Page 8

03

Direction de la formation

Page 12

04

Structure et contenu

Page 18

05

Méthodologie

Page 24

06

Diplôme

Page 32

01

Présentation

Le rythme effréné de la vie quotidienne, les mauvaises postures et l'absence d'activité physique augmentent le stress, l'anxiété et les problèmes musculo-squelettiques. En ce sens, la pratique du Yoga à des fins thérapeutiques est devenue un outil clé pour la réduction des maux, la prévention des pathologies et l'augmentation de la relaxation physique et émotionnelle. En ce sens, le professionnel de la santé doit connaître les différentes asanas, alignements et variations existants, conseillés pour chaque patient, en fonction de son état de santé physique et mental. C'est dans cette ligne que s'inscrit ce programme 100% en ligne, qui fournit à l'étudiant le contenu le plus exhaustif sur la biomécanique, les adaptations avec supports ou l'intégration des différentes techniques existantes dans cette discipline. Le tout dans un format 100% en ligne, accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.





“

*Un Certificat Avancé qui vous permettra
d'être à jour dans les Asanas et le Yoga
Thérapeutique pour le traitement des
affections musculo-squelettiques"*

Les maux de dos, les douleurs cervicales, les problèmes d'anxiété, le stress et même les principales affections lombaires peuvent être traités par la Yoga Thérapeutique. Ses bienfaits et ses résultats optimaux ont entraîné une augmentation du nombre de personnes qui pratiquent cette activité physique et l'utilisent en complément de leurs traitements médicaux.

Face à cette réalité, il est nécessaire pour les professionnels de la santé de connaître les avancées des différents Asanas, Alignements et Variantes qui existent pour leur prescription, en fonction de la pathologie du patient. C'est sur la base de ce besoin qu'est né ce Certificat Avancé de 450 heures d'enseignement, composé du programme le plus avancé et le plus actuel sur la scène académique.

Un programme qui se distingue par son contenu préparé par de véritables spécialistes du domaine, ainsi que par ses multiples ressources pédagogiques. Les étudiants de ce programme auront à leur disposition des résumés vidéo de chaque sujet, des vidéos détaillées, des lectures scientifiques et des études de cas cliniques.

Ils pourront ainsi approfondir de manière dynamique les différentes techniques d'asanas existantes et leur intégration, ainsi que la biomécanique des asanas debout et au sol et les adaptations avec les supports les plus couramment utilisés dans cette discipline. De même, grâce à la méthode *Relearning*, basée sur la répétition des contenus tout au long du cours, l'étudiant consolidera les concepts les plus importants, réduisant ainsi les longues heures d'étude et de mémorisation.

De plus, l'incorporation d'une professeure internationale de grand prestige en Yoga Thérapeutique est une excellente opportunité pour les étudiants de ce programme. Les masterclasses proposées permettront aux étudiants d'acquérir des compétences et des connaissances de premier ordre, en se plongeant dans les dernières nouvelles et évolutions en matière d'Asanas, d'Alignements et de Variations.

TECH offre ainsi une excellente opportunité de mettre à jour leurs connaissances grâce à un programme flexible. La seule chose dont l'étudiant a besoin est un téléphone portable, une *Tablette* ou un ordinateur avec une connexion Internet pour consulter, à tout moment de la journée, le programme hébergé sur la plateforme virtuelle. Sans aucun doute, une option idéale pour concilier les responsabilités professionnelles les plus exigeantes.

Ce **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour leur utilisation en Yoga Thérapeutique** ontient le programme scientifique le plus complet et le plus actuel du marché. Les principales caractéristiques sont les suivantes:

- ♦ Le développement d'études de cas présentées par des experts en Yoga
- ♦ Les contenus graphiques, schématiques et éminemment pratiques avec lesquels ils sont conçus fournissent des informations scientifiques et sanitaires essentielles à la pratique professionnelle
- ♦ Des exercices pratiques où effectuer le processus d'auto-évaluation pour améliorer l'apprentissage
- ♦ L'accent mis sur les méthodologies innovantes
- ♦ Des cours théoriques, questions à l'expert, forums de discussion sur des sujets controversés et travail de réflexion individuel
- ♦ La possibilité d'accéder aux contenus depuis n'importe quel appareil fixe ou portable doté d'une connexion Internet



Vous avez la possibilité de choisir une option académique flexible, sans classes restreintes et avec la commodité d'accéder au programme à tout moment de la journée"

“

Vous recherchez une mise à jour des Alignements et Variantes du Yoga Thérapeutique compatible avec votre activité clinique? C'est le programme idéal pour vous"

Le programme comprend, dans son corps enseignant, des professionnels du secteur qui apportent à cette formation l'expérience de leur travail, ainsi que des spécialistes reconnus de grandes sociétés et d'universités prestigieuses.

Grâce à son contenu multimédia développé avec les dernières technologies éducatives, les spécialistes bénéficieront d'un apprentissage situé et contextuel, ainsi, ils se formeront dans un environnement simulé qui leur permettra d'apprendre en immersion et de s'entraîner dans des situations réelles.

La conception de ce programme est axée sur l'Apprentissage par les Problèmes, grâce auquel le professionnel doit essayer de résoudre les différentes situations de la pratique professionnelle qui se présentent tout au long du programme. Pour ce faire, l'étudiant sera assisté d'un innovant système de vidéos interactives, créé par des experts reconnus.

Découvrez les avantages et les contre-indications des Asanas debout dans les processus thérapeutiques.

Plongez confortablement depuis votre tablette dans les fondements biomécaniques de Tadasana et son importance en tant que posture de base pour les autres asanas en position debout.



02 Objectifs

Ce Certificat Avancé a été conçu à partir d'une approche théorique-pratique et son objectif principal est d'offrir à l'étudiant une mise à jour complète sur les Asanas, les Alignements et les Variations pour une utilisation en Yoga Thérapeutique. Ce but sera beaucoup plus facile à atteindre grâce aux simulations d'études de cas cliniques, aux capsules multimédias et à un programme complet.





“

Intégrez dans votre pratique les asanas au sol les plus recommandées pour les patients qui ont besoin de réduire le stress et l'anxiété"



Objectifs généraux

- ♦ Intégrer les connaissances et les compétences nécessaires au développement et à l'application corrects des techniques de Yoga Thérapeutique d'un point de vue clinique
- ♦ Créer un programme de yoga conçu et basé sur des preuves scientifiques
- ♦ Approfondir les asanas les plus appropriés en fonction des caractéristiques de la personne et des lésions qu'elle présente
- ♦ Approfondir les études sur la biomécanique et son application aux asanas du Yoga Thérapeutique
- ♦ Décrire l'adaptation des asanas de Yoga aux pathologies de chaque personne
- ♦ Approfondir les bases neurophysiologiques des techniques de méditation et de relaxation existantes





Objectifs spécifiques

Module 1. Application des techniques d'asanas et leur intégration

- ◆ Approfondir l'apport philosophique et physiologique des différentes asanas
- ◆ Identifier les principes de l'action minimale : sthira, sukham et asanam
- ◆ Approfondir le concept des asanas debout
- ◆ Décrire les bénéfices et les contre-indications des asanas d'étirement
- ◆ Indiquer les avantages et les contre-indications des asanas de rotation et de flexion latérale
- ◆ Décrire les contre-postures et savoir quand les utiliser
- ◆ Approfondir les bandhas et leur application en Yoga Thérapeutique

Module 2. Asanas biomécaniques pour les pieds

- ◆ Approfondir les fondements biomécaniques de Tadasana et son importance en tant que posture de base pour les autres asanas pour les pieds
- ◆ Identifier les différentes variantes des salutations au soleil et leurs modifications, et comment elles affectent la biomécanique des asanas pour les pieds
- ◆ Indiquer les principales asanas pour les pieds, leurs variations et la manière d'appliquer correctement la biomécanique pour en maximiser les bénéfices
- ◆ Mettre à jour les connaissances sur les principes biomécaniques fondamentaux des principales asanas de flexion de la colonne vertébrale et de flexion latérale, et sur la manière de les exécuter en toute sécurité et de manière efficace
- ◆ Identifier les principales asanas d'équilibre et comment utiliser la biomécanique pour maintenir la stabilité et l'équilibre pendant ces postures
- ◆ Identifier les principales extensions couchées et comment appliquer correctement la biomécanique pour maximiser les bénéfices de ces postures

- ◆ Approfondir les principales postures de torsion et de hanche et comment utiliser la biomécanique pour les exécuter de manière sûre et efficace

Module 3. Biomécanique des asanas au sol et adaptations avec supports

- ◆ Identifier les principales asanas au sol, leurs variations et comment appliquer correctement la biomécanique pour maximiser leurs bénéfices
- ◆ Approfondir les principes biomécaniques fondamentaux des asanas de fermeture et apprendre à les exécuter de manière sûre et efficace
- ◆ Actualiser les connaissances sur les asanas réparateurs et sur la manière d'appliquer la biomécanique pour détendre et restaurer le corps
- ◆ Identifier les principales inversions et comment utiliser la biomécanique pour les exécuter de manière sûre et efficace
- ◆ Approfondir les différents types de supports (blocs, ceinture et selle) et comment les utiliser pour améliorer la biomécanique des asanas au sol
- ◆ Explorer l'utilisation d'accessoires pour adapter les asanas à différents besoins et capacités physiques
- ◆ Découvrir les premières étapes du Yoga Restaurateur et comment appliquer la biomécanique pour détendre le corps et l'esprit



Avec ce programme, vous serez à jour dans le perfectionnement des asanas au sol pour promouvoir la relaxation et la restauration du corps"

03

Direction de la formation

Le professionnel de la santé qui suit cette formation a devant lui un excellent programme préparé par des instructeurs de Yoga de haut niveau et des experts en santé physique. Leur vaste expérience professionnelle dans ce secteur et leur amélioration constante des Asanas, des Alignements et des Variations se reflètent dans un programme conçu pour faciliter une mise à jour efficace en seulement 6 mois.





“

Améliorez vos compétences dans le domaine du Yoga Thérapeutique grâce à un programme développé par de véritables spécialistes dans ce secteur”

Directeur invité international

En tant que **directrice des enseignants et responsable de la formation** des instructeurs à l'Integral Yoga Institute de New York, Dianne Galliano s'est positionnée comme l'une des figures les plus importantes dans ce domaine au niveau international. Sa formation académique s'est principalement concentrée sur le **yoga thérapeutique**, avec plus de 6 000 heures documentées d'enseignement et de formation continue.

Son travail comprend le mentorat, l'élaboration de protocoles et de critères de formation et la formation continue des instructeurs de l'Integral Yoga Institute. Il combine ce travail avec son rôle de thérapeute et d'institutrice dans d'autres institutions telles que The 14TH Street Y, Integral Yoga Institute Wellness Spa et l'Educational Alliance : Center for Balanced Living.

Son travail s'étend également à la **création et à la direction de programmes de yoga**, au développement d'exercices et à l'évaluation des défis qui peuvent se présenter. Elle a travaillé tout au long de sa carrière avec différents profils de personnes, y compris des hommes et des femmes d'âge moyen et avancé, des personnes en période prénatale et postnatale, de jeunes adultes et même des vétérans de guerre souffrant de divers problèmes de santé physique et mentale.

Pour chacun d'entre eux, elle effectue un travail minutieux et personnalisé, ayant traité des personnes souffrant d'ostéoporose, se remettant d'une opération cardiaque ou d'un cancer du sein, souffrant de vertiges, de douleurs dorsales, du syndrome de l'intestin irritable et d'obésité. Elle possède plusieurs certifications, dont E-RYT 500 de Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) de l'American Health Training et Institutrice d'Exercice Certifiée du Somatic Movement Centre.



Mme Galliano, Dianne

- Directrice des Enseignants à l'Integral Yoga Institute - New York, USA
- Instructrice en Yoga thérapeutique au 14TH Street Y
- Thérapeute en Yoga à l'Integral Yoga Institute Wellness Spa de New York City
- Instructrice Thérapeutique à l'Educational Alliance : Center for Balanced Living
- Licence en Éducation Primaire de la State University of New York
- Master en Yoga thérapeutique de l'Université de Maryland

“

Grâce à TECH, vous pourrez apprendre avec les meilleurs professionnels du monde”

Direction



Mme Escalona García, Zoraida

- ♦ Vice-présidente de l'Association Espagnole de Yoga Thérapeutique
- ♦ Fondatrice de la méthode Air Core (cours combinant TRX et Entraînement Fonctionnel avec le Yoga)
- ♦ Formatrice en Yoga Thérapeutique
- ♦ Diplôme en Sciences Biologiques de l'Université Autonome de Madrid
- ♦ Cours de professeur de: Ashtanga Yoga Progressif, FisiomYoga, Yoga Myofascial, Yoga et Cancer
- ♦ Cours d'Instructeur de Pilates au sol
- ♦ Cours de Phytothérapie et de Nutrition
- ♦ Cours de Méditation



Professeurs

Mme Villalba, Vanessa

- ◆ Instructrice à Gimnasios Villalba
- ◆ Instructrice de Vinyasa Yoga et *Power Yoga* l'Institut Européen de Yoga (IEY), Séville
- ◆ Instructrice de Yoga Aérien, Séville
- ◆ Instructrice de Yoga Intégral à l'IEY de Séville
- ◆ *Body Intelligence TM Yoga Level* à l'IEY Huelva
- ◆ Instructrice de Yoga pendant la grossesse et le post-partum à l'IEY Sevilla
- ◆ Instructrice de Yoga Nidra, Yoga Thérapeutique et *Shamanic Yoga*
- ◆ Instructrice de Pilates de Base par FEDA
- ◆ Instructrice de Pilates au Sol avec instruments
- ◆ Technicienne avancée en Fitness et Entraînement Personnel par la FEDA
- ◆ Instructrice de *Spinning Start I* par la Fédération Espagnole de Spinning
- ◆ Instructrice de *Power Dumbell* par Aerobic and Fitness Association
- ◆ Chiropractrice en Chiromassage par l'École Supérieure de Chiromassage et Thérapies
- ◆ Formation en Drainage Lymphatique par PRAXIS, Séville

04

Structure et contenu

Ce Certificat Avancé intègre dans son programme les informations les plus actuelles et les plus rigoureuses sur l'application des techniques d'Asana, la biomécanique et les supports utilisés dans les adaptations. Le contenu a été préparé par les meilleurs spécialistes dans ce domaine, qui fournissent également de nombreux matériels didactiques supplémentaires d'une grande utilité pour compléter ce processus de mise à jour en Yoga Thérapeutique.





“

Grâce à TECH, vous serez au courant des supports utilisés dans les adaptations du Yoga Restaurateur”

Module 1. Application des techniques d'asanas et leur intégration

- 1.1. Asana
 - 1.1.1. Définition des asanas
 - 1.1.2. Asana dans les Yoga sutras
 - 1.1.3. Objectif plus profond des asanas
 - 1.1.4. Asana et alignement
- 1.2. Principe de l'action minimale
 - 1.2.1. Sthira Sukham Asanam
 - 1.2.2. Comment appliquer ce concept dans la pratique ?
 - 1.2.3. Théorie des gunas
 - 1.2.4. Influence des gunas sur la pratique
- 1.3. Asanas sur les pieds
 - 1.3.1. Importance des asanas sur les pieds
 - 1.3.2. Comment les travailler?
 - 1.3.3. Bénéfices
 - 1.3.4. Contre-indications et considérations
- 1.4. Asanas assis et couché
 - 1.4.1. Importance des asanas assis
 - 1.4.2. Asanas assis pour la méditation
 - 1.4.3. Asanas couchées : définition
 - 1.4.4. Bénéfices des postures couchées
- 1.5. Asanas d'extension
 - 1.5.1. Pourquoi les extensions sont-elles importantes ?
 - 1.5.2. Comment les utiliser en toute sécurité
 - 1.5.3. Bénéfices
 - 1.5.4. Contre-indications
- 1.6. Asanas en flexion
 - 1.6.1. Importance de la flexion de la colonne vertébrale
 - 1.6.2. Exécution
 - 1.6.3. Bénéfices
 - 1.6.4. Les erreurs les plus courantes et comment les éviter
- 1.7. Rotation des asanas : torsions
 - 1.7.1. Mécanisme des torsions
 - 1.7.2. Comment les exécuter correctement
 - 1.7.3. Bénéfices physiologiques
 - 1.7.4. Contre-indications
- 1.8. Asanas en flexion latérale
 - 1.8.1. Importance
 - 1.8.2. Bénéfices
 - 1.8.3. Erreurs courantes
 - 1.8.4. Contre-indications
- 1.9. Importance des contre-postures
 - 1.9.1. Qu'est-ce que c'est ?
 - 1.9.2. Quand les faire ?
 - 1.9.3. Bénéfices pendant la pratique
 - 1.9.4. Les contre-postures les plus utilisées
- 1.10. Bandhas
 - 1.10.1. Définition
 - 1.10.2. Principaux bandhas
 - 1.10.3. Quand les utiliser ?
 - 1.10.4. Bandhas et yoga thérapeutique

Module 2. Asanas biomécaniques pour les pieds

- 2.1. Biomécanique de Tasadana
 - 2.1.1. Importance
 - 2.1.2. Bénéfices
 - 2.1.3. Exécution
 - 2.1.4. Différence avec samasthiti
- 2.2. Biomécanique de la Salutation au Soleil
 - 2.2.1. Classique
 - 2.2.2. Type a
 - 2.2.3. Type b
 - 2.2.4. Adaptations
- 2.3. Asanas Biomécaniques pour les Pieds
 - 2.3.1. Utkatasana : posture de la chaise
 - 2.3.2. Anjaneyasana: low lunge
 - 2.3.3. Virabhadrasana I : guerrier I
 - 2.3.4. Utkata Konasana : posture de la déesse
- 2.4. Biomécanique des Asanas pour les pieds, flexion de la colonne vertébrale
 - 2.4.1. Adho mukha
 - 2.4.2. Pasrvotanassana
 - 2.4.3. Prasarita Padottanasana
 - 2.4.4. Uthanasana
- 2.5. Biomécanique des Asanas de flexion latérale
 - 2.5.1. Uthhita trikonasana
 - 2.5.2. Virabhadrasana II : guerrier II
 - 2.5.3. Parighasana
 - 2.5.4. Uthitta ParsvaKonasana
- 2.6. Biomécaniques des Asanas pour l'équilibre
 - 2.6.1. Vkrisana
 - 2.6.2. Utthita jusqu'à padangustasana
 - 2.6.3. Natarajasana
 - 2.6.4. Garudasana
- 2.7. Biomécanique des Extensions en position couchée
 - 2.7.1. Bhujangasana
 - 2.7.2. Urdhva Mukha Svanasana
 - 2.7.3. Saral Bhujangasana: sphinx
 - 2.7.4. Shalabhasana
- 2.8. Biomécanique des extensions
 - 2.8.1. Ustrasana
 - 2.8.2. Dhanurasana
 - 2.8.3. Urdhva Dhanurasana
 - 2.8.4. Setu Bandha Sarvangasana
- 2.9. Biomécanique des torsions
 - 2.9.1. Paravritta Parsvakonasana
 - 2.9.2. Paravritta trikonasana
 - 2.9.3. Paravritta Parsvotanassana
 - 2.9.4. Paravritta Utkatasana
- 2.10. Biomécanique de la hanche
 - 2.10.1. Malasana
 - 2.10.2. Badha Konasana
 - 2.10.3. Upavista Konasana
 - 2.10.4. Gomukhasana

Module 3. Biomécanique des asanas au sol et adaptations avec supports

- 3.1. Biomécanique des principales asanas au sol
 - 3.1.1. Marjaryasana- Bitilasana
 - 3.1.2. Bénéfices
 - 3.1.3. Variantes
 - 3.1.4. Dandasana
- 3.2. Biomécanique des pompes en position couchée
 - 3.2.1. Paschimottanasana
 - 3.2.2. Janu sirsasana
 - 3.2.3. Trianga Mukhaikapada Paschimottanasana
 - 3.2.4. Kurmasana
- 3.3. Biomécanique des torsions et des inclinaisons latérales
 - 3.3.1. Ardha Matsyendrasana
 - 3.3.2. Vakrasana
 - 3.3.3. Bharadvajasana
 - 3.3.4. Parivrita janu sirsasana
- 3.4. Biomécanique des Asanas de fermeture
 - 3.4.1. Balasana
 - 3.4.2. Supta Badha Konasana
 - 3.4.3. Ananda Balasana
 - 3.4.4. Jathara Parivartanasana A et B
- 3.5. Biomécanique des inversions
 - 3.5.1. Bénéfices
 - 3.5.2. Contre-indications
 - 3.5.3. Viparita Karani
 - 3.5.4. Sarvangasana
- 3.6. Biomécanique des blocs
 - 3.6.1. Qu'est-ce que c'est et comment les utiliser?
 - 3.6.2. Variations des asanas pour les pieds
 - 3.6.3. Variantes des asanas assis et couchés
 - 3.6.4. Variantes d'asanas de fermeture et de restauration





- 3.7. Biomécanique de la ceinture
 - 3.7.1. Qu'est-ce que c'est et comment les utiliser?
 - 3.7.2. Variations des asanas pour les pieds
 - 3.7.3. Variantes des asanas assis et couchés
 - 3.7.4. Variantes d'asanas de fermeture et de restauration
- 3.8. Biomécanique des Asanas sur chaise
 - 3.8.1. Qu'est-ce que c'est?
 - 3.8.2. Bénéfices
 - 3.8.3. Salutations au soleil sur chaise
 - 3.8.4. Tadasana sur chaise
- 3.9. Biomécanique de Yoga sur chaise
 - 3.9.1. Flexions
 - 3.9.2. Extensions
 - 3.9.3. Torsions et inclinaisons
 - 3.9.4. Inversion
- 3.10. Biomécaniques des Asanas réparatrices
 - 3.10.1. Quand les utiliser?
 - 3.10.2. Flexion assise vers l'avant
 - 3.10.3. Flexions du dos
 - 3.10.4. Inversion et position couchée

“

Un parcours académique 100 % en ligne avec les informations les plus récentes sur les Asanas, les Alignements et les Variations pour une utilisation en Yoga Thérapeutique”

05

Méthodologie

Ce programme de formation offre une manière différente d'apprendre. Notre méthodologie est développée à travers un mode d'apprentissage cyclique: ***le Relearning***.

Ce système d'enseignement s'utilise, notamment, dans les Écoles de Médecine les plus prestigieuses du monde. De plus, il a été considéré comme l'une des méthodologies les plus efficaces par des magazines scientifiques de renom comme par exemple le ***New England Journal of Medicine***.



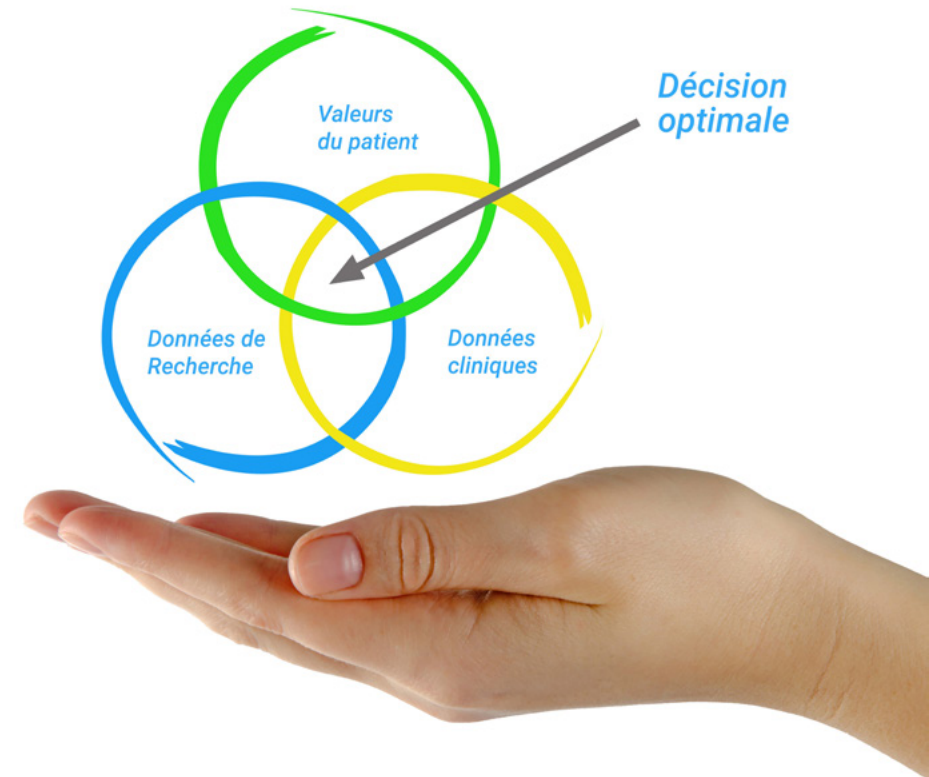
“

Découvrez le Relearning, un système qui laisse de côté l'apprentissage linéaire conventionnel au profit des systèmes d'enseignement cycliques: une façon d'apprendre qui a prouvé son énorme efficacité, notamment dans les matières dont la mémorisation est essentielle"

À TECH, nous utilisons la méthode des cas

Face à une situation donnée, que doit faire un professionnel? Tout au long du programme, vous serez confronté à de multiples cas cliniques simulés, basés sur des patients réels, dans lesquels vous devrez enquêter, établir des hypothèses et finalement résoudre la situation. Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'efficacité de cette méthode. Les spécialistes apprennent mieux, plus rapidement et plus durablement dans le temps.

Avec TECH, vous ferez l'expérience d'une méthode d'apprentissage qui révolutionne les fondements des universités traditionnelles du monde entier.



Selon le Dr Gérvas, le cas clinique est la présentation commentée d'un patient, ou d'un groupe de patients, qui devient un "cas", un exemple ou un modèle illustrant une composante clinique particulière, soit en raison de son pouvoir pédagogique, soit en raison de sa singularité ou de sa rareté. Il est essentiel que le cas soit ancré dans la vie professionnelle actuelle, en essayant de recréer les conditions réelles de la pratique professionnelle du médecin.

“

Saviez-vous que cette méthode a été développée en 1912 à Harvard pour les étudiants en Droit? La méthode des cas consiste à présenter aux apprenants des situations réelles complexes pour qu'ils s'entraînent à prendre des décisions et pour qu'ils soient capables de justifier la manière de les résoudre. En 1924, elle a été établie comme une méthode d'enseignement standard à Harvard"

L'efficacité de la méthode est justifiée par quatre réalisations clés:

1. Les étudiants qui suivent cette méthode parviennent non seulement à assimiler les concepts, mais aussi à développer leur capacité mentale au moyen d'exercices pour évaluer des situations réelles et appliquer leurs connaissances.
2. L'apprentissage est solidement traduit en compétences pratiques ce qui permet à l'étudiant de mieux s'intégrer dans le monde réel.
3. Grâce à l'utilisation de situations issues de la réalité, on obtient une assimilation plus simple et plus efficace des idées et des concepts.
4. Le sentiment d'efficacité de l'effort fourni devient un stimulus très important pour l'étudiant, qui se traduit par un plus grand intérêt pour l'apprentissage et une augmentation du temps consacré à travailler les cours.



Relearning Methodology

TECH renforce l'utilisation de la méthode des cas avec la meilleure méthodologie d'enseignement 100% en ligne du moment: Relearning.

Cette université est la première au monde à combiner des études de cas cliniques avec un système d'apprentissage 100% en ligne basé sur la répétition, combinant un minimum de 8 éléments différents dans chaque leçon, ce qui constitue une véritable révolution par rapport à la simple étude et analyse de cas.

Le professionnel apprendra à travers des cas réels et la résolution de situations complexes dans des environnements d'apprentissage simulés. Ces simulations sont développées à l'aide de logiciels de pointe qui facilitent l'apprentissage immersif.



À la pointe de la pédagogie mondiale, la méthode Relearning a réussi à améliorer le niveau de satisfaction globale des professionnels qui terminent leurs études, par rapport aux indicateurs de qualité de la meilleure université en (Columbia University).

Grâce à cette méthodologie, nous, formation plus de 250.000 médecins avec un succès sans précédent dans toutes les spécialités cliniques, quelle que soit la charge chirurgicale. Notre méthodologie d'enseignement est développée dans un environnement très exigeant, avec un corps étudiant universitaire au profil socio-économique élevé et dont l'âge moyen est de 43,5 ans.

Le Relearning vous permettra d'apprendre plus facilement et de manière plus productive tout en vous impliquant davantage dans votre spécialisation, en développant un esprit critique, en défendant des arguments et en contrastant les opinions: une équation directe vers le succès.

Dans notre programme, l'apprentissage n'est pas un processus linéaire mais il se déroule en spirale (nous apprenons, désapprenons, oublions et réapprenons). Par conséquent, ils combinent chacun de ces éléments de manière concentrique.

Selon les normes internationales les plus élevées, la note globale de notre système d'apprentissage est de 8,01.



Dans ce programme, vous aurez accès aux meilleurs supports pédagogiques élaborés spécialement pour vous:



Support d'étude

Tous les contenus didactiques sont créés par les spécialistes qui enseignent les cours. Ils ont été conçus en exclusivité pour la formation afin que le développement didactique soit vraiment spécifique et concret.

Ces contenus sont ensuite appliqués au format audiovisuel, pour créer la méthode de travail TECH online. Tout cela, élaboré avec les dernières techniques afin d'offrir des éléments de haute qualité dans chacun des supports qui sont mis à la disposition de l'apprenant.



Techniques et procédures chirurgicales en vidéo

TECH rapproche les étudiants des dernières techniques, des dernières avancées pédagogiques et de l'avant-garde des techniques médicales actuelles. Tout cela, à la première personne, expliqué et détaillé rigoureusement pour atteindre une compréhension complète et une assimilation optimale. Et surtout, vous pouvez les regarder autant de fois que vous le souhaitez.



Résumés interactifs

Nous présentons les contenus de manière attrayante et dynamique dans des dossiers multimédias comprenant des fichiers audios, des vidéos, des images, des diagrammes et des cartes conceptuelles afin de consolider les connaissances.

Ce système éducatif unique pour la présentation de contenu multimédia a été récompensé par Microsoft en tant que "European Success Story".



Bibliographie complémentaire

Articles récents, documents de consensus et directives internationales, entre autres. Dans la bibliothèque virtuelle de TECH, l'étudiant aura accès à tout ce dont il a besoin pour compléter sa formation.





Études de cas dirigées par des experts

Un apprentissage efficace doit nécessairement être contextuel. Pour cette raison, TECH présente le développement de cas réels dans lesquels l'expert guidera l'étudiant à travers le développement de la prise en charge et la résolution de différentes situations: une manière claire et directe d'atteindre le plus haut degré de compréhension.



Testing & Retesting

Les connaissances de l'étudiant sont périodiquement évaluées et réévaluées tout au long du programme, par le biais d'activités et d'exercices d'évaluation et d'auto-évaluation, afin que l'étudiant puisse vérifier comment il atteint ses objectifs.



Cours magistraux

Il existe de nombreux faits scientifiques prouvant l'utilité de l'observation par un tiers expert. La méthode "Learning from an Expert" permet au professionnel de renforcer ses connaissances ainsi que sa mémoire puis lui permet d'avoir davantage confiance en lui concernant la prise de décisions difficiles.



Guides d'action rapide

À TECH nous vous proposons les contenus les plus pertinents du cours sous forme de feuilles de travail ou de guides d'action rapide. Un moyen synthétique, pratique et efficace pour vous permettre de progresser dans votre apprentissage.



06 Diplôme

Le Certificat Avancé en sanas, Alignements et Variations pour leur utilisation en Yoga Thérapeutique garantit, outre la formation la plus rigoureuse et la plus actualisée, l'accès à un diplôme de Certificat Avancé délivré par TECH Université Technologique.





“

*Réussissez ce programme et recevez
votre diplôme sans déplacements ni
formalités administratives”*

Ce **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour leur utilisation en Yoga Thérapeutique** contient le programme scientifique le plus complet et actualisé du marché.

Après avoir passé l'évaluation, l'étudiant recevra par courrier* avec accusé de réception son diplôme de **Certificat Avancé** délivrée par **TECH Université Technologique**

Le diplôme délivré par TECH Université Technologique indiquera la note obtenue lors du **Certificat Avancé**, et répond aux exigences communément demandées par les bourses d'emploi, les concours et les commissions d'évaluation des carrières professionnelles.

Diplôme: **Certificat Avancé en Asanas, Alignements et Variations pour leur utilisation en Yoga Thérapeutique**

Heures Officielles: **450 h.**



*Si l'étudiant souhaite que son diplôme version papier possède l'Apostille de La Haye, TECH EDUCATION fera les démarches nécessaires pour son obtention moyennant un coût supplémentaire.

future
santé confiance personnes
éducation information tuteurs
garantie accréditation enseignement
institutions technologie apprentissage
communauté engagement
service personnalisé innovation
connaissance présent qualité
en ligne formations
développement institutions
classe virtuelle langue



Certificat Avancé

Asanas, Alignements et
Variations pour leur utilisation
en Yoga Thérapeutique

- » Modalité: en ligne
- » Durée: 6 mois
- » Qualification: TECH Université Technologique
- » Horaire: à votre rythme
- » Examens: en ligne

Certificat Avancé

Asanas, Alignements et
Variations pour leur utilisation
en Yoga Thérapeutique

