

Instructorado de *Yoga 200 horas*

PROGRAMA INTERNACIONAL CERTIFICADO · YOGA ALLIANCE RYS 200

Un año de transformación profunda. Más que una formación técnica: un recorrido hacia el autoconocimiento, la práctica consciente y la capacidad de guiar a otros.

★ AVAL INTERNACIONAL · INSTITUTO DE ESTUDIOS DEL YOGA (ESPAÑA) · REGISTRADO ANTE YOGA ALLIANCE EE.UU. ★

RESPALDO ACADÉMICO

Quiénes nos *respaldan*

Instituto de Estudios del Yoga

FUNDADO EN 2008 · PROYECCIÓN INTERNACIONAL · AVALADO POR YOGA ALLIANCE

El Instituto de Estudios del Yoga es un espacio dedicado a la formación y profundización en el yoga, concebido como un camino universal y en constante evolución. Fundado en 2008 por Víctor M. Flores, surge con el propósito de acercar las enseñanzas tradicionales a la realidad contemporánea, integrando experiencia directa y comprensión en un proceso de aprendizaje sólido y progresivo.

Su propuesta se basa en una visión del yoga como disciplina de transformación y conocimiento, en vínculo con las tradiciones de los Himalayas y en sintonía con los contextos actuales de enseñanza. A través de sus programas, acompaña a practicantes y profesores en el desarrollo de una práctica consciente y una transmisión clara, rigurosa y aplicable.

Sus propuestas se desarrollan en colaboración con docentes de distintos países, en formatos presenciales, virtuales, grupales e individuales, sosteniendo una proyección internacional.

En 2026, el Instituto ofrece certificaciones internacionales avaladas por Yoga Alliance, incluyendo programas de 200 y 500 horas, formación en Meditación (100 horas) y cursos de educación continua para profesores en Bhakti Yoga, Yoga Sutras de Patanjali, Bhagavad Gita y Yoga de la Risa, entre otros.

Víctor M. Flores

FUNDADOR · INSTITUTO DE ESTUDIOS DEL YOGA

Escritor orientalista y maestro de yoga, fundó el IEY en 2008 con la misión de integrar las enseñanzas tradicionales a la realidad contemporánea. Referente internacional en la formación de profesores y difusión del yoga en el mundo hispanohablante.

Gabriela Lu Prado

DIRECTORA ACADÉMICA · IEY

Directora académica avalada por Yoga Alliance y responsable pedagógica del programa internacional. Su enfoque integra rigor técnico, profundidad filosófica y acompañamiento humano. Realiza seguimiento mensual personalizado a cada sede coordinadora.

Lorena Martínez

COORDINADORA REGIONAL CHILE · ESPACIO MATRIKAS

Profesora de Yoga certificada con más de 500 horas de formación. Fundadora de Espacio Matrikas en Ñuñoa, Santiago, con amplia experiencia en yoga terapéutico, prenatal y bienestar integral. Coordinadora pedagógica del programa en Chile, con seguimiento cercano de cada estudiante.

METODOLOGÍA

Estructura pedagógica *del programa*

El programa está articulado en torno al Hatha Yoga como columna vertebral, integrado progresivamente con otras disciplinas. Los 23 manuales que componen la formación son todos obligatorios, y el aprendizaje se construye de manera orgánica: mientras el cuerpo madura en la práctica, la comprensión filosófica y energética se va integrando de forma natural.

1 Práctica corporal progresiva

Desde el primer manual, el alumnado aprende cada asana en tres niveles: ejecución personal, comprensión técnica-anatómica y capacidad de guiarla verbalmente.

2 Enseñanza desde el primer día

Los estudiantes practican la conducción de asanas entre compañeros, graban audios de instrucción verbal y reciben retroalimentación grupal en un marco respetuoso y profesional.

3 Integración multidisciplinar

El Hatha se intercala con Pranayama, Bhakti, Historia y Tradición, Raja Yoga, Anatomía Sutil y Meditación, construyendo una visión integral del yoga.

4 Cierre con práctica docente completa

El último trimestre se intensifica con clases completas guiadas por los estudiantes, integración de contenidos y evaluación final.

Distribución *mensual orientativa*

01

Hatha 1 + Pranayama 1

02

Hatha 2 + Bhakti 1

03

Hatha 3 + Historia 1

04

Hatha 4 + Raja Yoga 1

05

Hatha 5 + Anatomía Sutil

06

Hatha 6 + Bhakti 2

07

Hatha 7 + Pranayama 2

08

Hatha 8 + Historia 2

09

Hatha 9 + Raja Yoga 2

10

Pranayama 3 + Bhakti 3 + Práctica docente integradora

11

Meditación + Bhakti 4 + Práctica docente integradora

12

Historia 3 + Integraciones finales + Evaluaciones + Clases guiadas completas

Certificación *internacional*

Al completar el programa, el alumnado recibe el certificado emitido por el Instituto de Estudios del Yoga con aval internacional: **Instructor/a en Yoga 200 horas / Yoga Teacher 200 hours.**

El título mantiene su validez internacional independientemente de que el egresado decida asociarse o no a Yoga Alliance de manera individual.

Requisitos para obtener la certificación

- Completar los 23 manuales del programa
- Aprobar evaluaciones teóricas y prácticas
- Cumplir con instancias audiovisuales trimestrales
- Ficha de inscripción del Instituto (firmada)
- Cláusula de descargo de responsabilidad civil
- Confirmación de asistencia y cursado completo
- Cumplimiento del arancel académico

RYS 200

Valores del *programa*

MATRÍCULA

\$40

dólares · pago único al inscribirse

Reserva tu lugar en el programa. Cubre el proceso de admisión y acceso al material inicial.

MENSUALIDAD

\$109

dólares · mensual durante 12 meses

Incluye encuentros quincenales, acceso a manuales del mes correspondiente y seguimiento pedagógico.

Inversión total referencial: USD \$1.348 (matrícula + 12 mensualidades) · Las condiciones de pago y posibles facilidades se coordinan directamente con Espacio Matrikas.

FORMATO Y CONDICIONES

¿Cómo funciona *el programa*?

- **Duración:** 12 meses · 2 sábados por mes (modalidad quincenal).
- **Lugar:** Espacio Matrikas, Ñuñoa, Santiago.
- **Manuales:** Se envían con anticipación para que el alumnado llegue preparado a cada encuentro con las preguntas de integración respondidas.
- **Seguimiento:** Reunión mensual de coordinación pedagógica con la Dirección Académica del IEY (España).
- **Práctica docente:** Transversal desde el primer manual. Se trabaja en grupo con devolución respetuosa y constructiva.
- **Videos:** Registro audiovisual trimestral como parte de los requisitos de certificación.
- **Membresía Yoga Alliance:** Opcional para el egresado. El aval internacional del título no depende de ella.

Espacio Matrikas SpA

Ñuñoa, Santiago de Chile

