

DESCRIPCIÓN DE CLASES

SÁBADO 11 DE NOVIEMBRE

SALA CANCÚN 7:00 - 8:30 HRS

MARIUS NASR YOGA DRILLS

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Es un método de conciencia corporal y de respiración consciente diseñado para mejorar la condición de tus articulaciones por medio del movimiento, ayuda a desarrollar masa muscular y flexibilidad a través de ejercicios con tu propio peso. Combina distintas disciplinas entre las que están el Yoga, la calistenia y diferentes prácticas de movimientos, que se fusionan para crear una conexión sinérgica.

Nivel de practicante: multinivel

¿Quién es Marius Nasr?

Ha vivido gran parte de su vida en México, pero es originario de Líbano.

Encontró su Dharma en la enseñanza, está certificado con 500hrs en Hatha Raja Yoga en Sadhaka Training con los maestros Adriana Cabrera y Gerson Frau, y también en nivel 1 y 2 en Calhstenics World Organization.

Quiere recordar a todos que somos capaces de mucho más, quiere despertar la admiración por tu cuerpo, tu mente y por tu hermosa existencia. Su gran pasión por el movimiento lo llevó a crear el método de Yoga Drills.

SALA ISDIN 7:00 - 8:30 HRS

MARCOS JASSAN TADASANA

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Practicaremos cómo estar de pie física, mental y emocionalmente. Observemos los puntos delicados de esta postura y las acciones clave para sostenerla. Tadasana es una expresión de nuestras emociones y pensamientos, y también la disciplina de una buena postura nos provee de contentamiento.

Nivel de practicante: multinivel

¿Quién es Marcos Jassan?

Marcos Jassan practica yoga desde 1997 y desde 1998 es profesor de yoga. Los últimos 12 años se ha dedicado principalmente a certificar profesores de yoga con su método y ha guiado a alrededor de 60 grupos y 700 graduados. Estudió arquitectura, filosofía e historia y ha tomado varias certificaciones de yoga alrededor del mundo. Es un innovador global en alineación corporal, nutrición y coaching.

SALA ISDIN 10:00 - 10:20 HRS

SALATHIEL ROSAS PHOTOAGING: UNA MIRADA HACIA TU PIEL

¿Quién es Salathiel Rosas?

Salathiel Rosas cuenta con más de 10 años de en compañías nacionales y multinacionales en el área de marketing. Siempre enfocado en el pensamiento estratégico y analítico, en la innovación de nuevos productos, en la excelencia en la activación, manejo de presupuesto y liderazgo en la gestión e integración de equipos, principalmente. Actualmente está a cargo del marketing en ISDIN Love your skin.

SALA CANCÚN 10:30 - 12:00 HRS

JORGE NARVBIR FUEGO INTERNO PARA LA ENERGÍA DE SANACIÓN

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Por medio de una práctica de Yoga Vinyasa, conectaremos con el Fuego Interno. Esa Fuerza Interna que nos permite ir más allá de nuestros propios límites y creencias, para darnos cuenta de que, con confianza, tenacidad y perseverancia podremos alcanzar todo aquello que nos propongamos y liberar nuestro potencial de manifestación y sanación.

¿Quién es Jorge Narvbir?

Jorge es instructor Yoga con 15 años de experiencia Certificado Yoga Vinyasa, Restaurativo, Prenatal, Kundalini, Mindfulness y diversas técnicas de Meditación, Control Mental, Método Silva, Reiki, Registros Akáshicos, Sanador Pránico, Tanatólogo y es Terapeuta en Constelaciones Familiares.

Tiene un camino recorrido por más de 20 años en estudios filosóficos como el Taoísmo, Budismo, Hinduismo, Kabbalah, Tarot, Astrología, Artes Esotéricas, Chamanismo y Bionescodificación.

SALA ISDIN 10:30 AM - 12:00 HRS

MARIEL CHAPOY ENCENDIENDO TU FUEGO INTERIOR

Nivel de practicante: Intermedio

Descripción: En esta clase abordaremos el tema del Tapas; el tercer punto del Niyama en el árbol del Yoga. Tapas hace referencia al fuego que surge del horno alquímico de una práctica intensa. En esta sesión vamos a conectar con el fuego interior, la respiración y el movimiento del cuerpo. De manera fluida, dinámica y poderosa crearemos progresivamente una danza guiándonos al son de la respiración con el fin de quemar las impurezas y allanar el camino. Será una práctica vigorosa y tal vez desafiante, pero posible ya que es para todos. Apta para corazones feroces y receptivos, con voluntad y alegría de vivir.

¿Quién es Mariel Chapoy?

Mariel es originaria de Ciudad de México y desde hace 17 años residente de Playa del Carmen; Mariel, desde muy temprana edad comenzó a vivir su espiritualidad con gran curiosidad a través del arte, el teatro, la danza, el fuego y el movimiento, llevándola poco a poco a encontrarse con el Yoga. El fluir de la vida la llevó a crear Kopo Yoga un shala donde comparte su energía y ayuda a descubrir a otros la semilla que todos tenemos dentro, a través de clases y talleres con un flow poderoso y contento por los últimos 12 años en Playa del Carmen. Cree fielmente que el camino del Yoga es medicina para el alma, un camino de transformación de vida.

SALA CANCÚN 12:00 - 14:00 HRS

DAVID C. KYLE INTRODUCCIÓN AL ROCKET YOGA

Nivel de practicante: Intermedio

Descripción: La conexión entre Vinyasa y los rituales es clara tanto en la definición como en los resultados. Una rutina constante y consistente puede proporcionar al practicante estabilidad, una sensación general de bienestar y una práctica clara que elimina el estrés y la ansiedad de la vida diaria. Esta introducción a Rocket Vinyasa ofrece una rutina accesible y modificada que puede incorporarse fácilmente a la práctica diaria con un mínimo de tiempo y esfuerzo. La repetición de la práctica es la clave. El tiempo, el lugar y los objetos de observación forman parte de la creación de un espacio seguro.

¿Quién es David Kyle?

David encontró el yoga como la mayoría de nosotros; dio su confianza a alguien que le dijo que sería bueno probar para él. Las primeras experiencias con el yoga proporcionaron a David un profundo sentimiento de confianza, confianza en sí mismo. El yoga se ha convertido para David en un viaje profundo, que tira de las raíces de la autorrealización. David infunde a sus enseñanzas un sentido de felicidad y aceptación del momento presente, el yoga siempre traerá quietud al cuerpo y a la mente, lo que ofrece ese espacio de felicidad y presencia.

SALA ISDIN 12:00 - 14:00 HRS

ITZEL OLVERA FUEGO Y AGUA : VINYASA Y YIN YOGA

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Esta clase se divide en dos partes y nos ayudará a regresar al centro, soltar tensión y relajar la mente. En la primera parte de esta clase multinivel practicaremos secuencias dinámicas y energéticas, coordinando la respiración con el movimiento. Generaremos ese fuego interno que purifica y transmuta. La otra mitad de la clase vamos despacio, con el elemento Agua, sosteniendo las posturas por más largos períodos de tiempo, más profundo, de una forma cómoda y relajada en presencia total.

Nivel de practicante: Multinivel

¿Quién es Itzel Olvera?

Itzel se inició en la práctica del Yoga en el sistema de Vinyasa con las enseñanzas del Óctuple Sendero de Yoga de Patañjali hace 14 años y a lo largo de estos se ha cultivado en varios estilos, como Ashtanga, las prácticas de Yin, Hatha, Rocket y Tantra Yoga. Su devoción la llevó estudiar y practicar en India, y su visión de ser siempre estudiante la llevan en la actualidad a seguir aprendiendo de grandes maestros. Su práctica se fundamenta en la No-violencia, ahimsa, cultivando la auto observación y Svadhyaya el auto-estudio.

SALA CANCÚN 16:00 - 17:30 HRS

ALYOSHA BARREIRO RENOVACIÓN ANCESTRAL: MEDITACIÓN, SONIDO Y RESPIRACIÓN

Nivel de practicante: Multinivel

¿Quién es Alyosha Barreiro?

Alyosha Barreiro es músico, productor, artista sonoro y educador mexicano con una larga trayectoria en conciertos masivos, enfocados a la exploración sonora multimedia, siempre integrando la tecnología y fusionándola con raíces autóctonas mexicanas. Se graduó en la Universidad Berklee College of Music de Boston, Estados Unidos y al regresar a México comenzó con su proyecto solista en el que combina música electrónica con instrumentos en vivo y algunos años después crea Prehispánica electrónica, proyecto donde fusiona creativamente la música prehispánica mexicana con sonidos electrónicos contemporáneos. Durante su trayectoria, Alyosha ha sido comisionado para hacer la música de importantes eventos y se ha presentado frente a más de 130,000 espectadores en conciertos y eventos en casi toda la República Mexicana, Estados Unidos, y varios países de Latinoamérica y Europa.

SALA ISDIN 16:00 AM - 17:30 HRS

MICHAEL GANNON GANNON POWER VINYASA YOGA: SECUENCIA DE VUELO

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción:

¿Quién es Michael Gannon?

DESCRIPCIÓN DE CLASES

DOMINGO 12 DE NOVIEMBRE

SALA CANCÚN 7:00 - 8:30 HRS

DAVID C. KYLE ROCKET YOGA PARA ELEVARTÉ

Nivel de practicante: Intermedio

Descripción: Esta serie está diseñada para ser edificante, estimulante y producir un sentido de empoderamiento en el practicante. Esta poderosa clase de asanas trae enfoque y dirección a tu sentido de atención para ayudarte a alcanzar tus metas. La serie Rocket también presta atención a posturas que despiertan el sistema nervioso y abren el espacio del corazón. Esto llena a los estudiantes con un sentimiento de "¡Sí! Ven a practicar un poco de yoga fuera de los puntos de vista tradicionales para arrojar luz en los descubrimientos y experiencias contemporáneas.

¿Quién es David Kyle?

David encontró el yoga como la mayoría de nosotros; dio su confianza a alguien que le dijo que sería bueno probar para él. Las primeras experiencias con el yoga proporcionaron a David un profundo sentimiento de confianza, confianza en sí mismo. El yoga se ha convertido para David en un viaje profundo, que tira de las raíces de la autorrealización. David infunde a sus enseñanzas un sentido de felicidad y aceptación del momento presente, el yoga siempre traerá quietud al cuerpo y a la mente, lo que ofrece ese espacio de felicidad y presencia.

SALA ISDIN 7:00 - 8:30 HRS

MARTEEN ZÁRATE Y CINTHYA LANDA KIT DE HERRAMIENTAS PARA EXTINGUIR EL KARMA

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Aprenderás la forma en que estás acumulando karma, la base teórica y la práctica para extinguirlo. En la parte práctica realizarás una secuencia de posturas básicas, pranayama, mantra, meditación y yoga nidra.

¿Quién es Marteen Zárate y Cinthya Landa?

Co-fundadores de Sadhak Yoga. Las técnicas que comparten son Sadhak, ashtanga, vinyasa, suave y yoga rehabilitador. Desde el 2011 han certificado junto con Omar Cruz a más de 850 maestros alrededor de la república mexicana y Estados Unidos con el programa TEACHER TRAINING SADHAK 300hrs y SADHAK 600hrs.

SALA CANCÚN 09:30 - 10:30 HRS

CECILIA CORDERO KARMA YOGA: HAZ LA VIDA UN RETIRO ESPIRITUAL

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Desmenuzaremos el conocimiento y la práctica de Karma Yoga, eliminando los conceptos erróneos y aclarando los pasos y puntos más importantes de la práctica con el propósito de aplicarla 24/7. Nivel de practicante: multinivel

¿Quién es Itzel Olvera?

Cecilia se inicia en el Yoga en 1998, en 2001 recibe su primera certificación en Satyananda Yoga, explorando después varias escuelas en diferentes partes del mundo, incluyendo India, como Ashtanga Yoga, Iyengar Yoga, Sivananda Yoga y Kundalini Yoga.

Cofundadora del Instituto para el Desarrollo Armónico del Ser Humano, por sus siglas IDASH, por un período de 14 años donde además de impartir clases multiniveles, se especializó en Yoga prenatal.

SALA ISDIN 09:30 - 10:30 HRS

ANA PAULA DOMÍNGUEZ KUNDALINI YOGA. SADHANA AMBROSIAL

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción:

¿Quién es Ana Paula Domínguez?

Ana Paula es Fundadora del Instituto Mexicano de Yoga y es directora general del Encuentro Nacional de Yoga, además es creadora del programa Wellness Empresarial, el cual se ha impartido en corporativos como P&G, Executive Forum, Pfizer, Gatorade, Aeroméxico entre otros más. Es autora de cuatro publicaciones impresas siendo la más reciente La magia de estar presente, publicada por la editorial Random House. Ana Paula ha impartido charlas sesiones y experiencias de meditación Kundalini en foros como Singularity México y la Ciudad de las Ideas. Su labor en el área de comunicación corporativa en CIE, aunado a su expertise en yoga, meditación y ayurveda, le han dado un entendimiento para compartir de manera extraordinaria el mindfulness y el bienestar.

SALA CANCÚN 10:30 - 12:00 HRS

MC YOGI & DJ DREZ VINYASA: SOLO EL AMOR ES REAL

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Reconecta con alegría en esta divertida y animada clase de yoga llena de buena música, poesía inspiradora y filosofía, que a menudo se convierte en una fiesta de baile. Se te animará a moverte con atención, de manera que obtengas una sensación de relajación, gracia, conexión y concentración. La clase culminará con una meditación sentada seguida de una relajación guiada profundamente reparadora. Nivel de practicante: multinivel.

¿Quién es Mc Yogi?

MC Yogi es un artista, instructor de yoga y músico con sede en California. Desde vivir en un hogar grupal para jóvenes en situación de riesgo hasta convertirse en uno de los yogis más queridos de América del Norte, MC YOGI tiene la misión de llevar buena energía al mundo.

¿Quién es DJ Drez?

Transforma la atmósfera de cualquier escenario en el que se presenta su sonido. Arraigado en el hip-hop underground de Los Ángeles, Dr. EZ aplica sus habilidades en las tornamesas a una visión de vanguardia para la música verdaderamente universal, integrando de manera inteligente elementos de hip-hop, música mundial, soul, funk, jazz y reggae en su distintivo sonido y producción.

SALA ISDIN 10:30 - 12:00 HRS

YOSEF ZUR IRA SERIE DE ASHTANGA VINYASA

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Ashtanga yoga, media primera serie, "Estilo Tulum". Guiada en inglés, proporcionando indicaciones y descripciones de las posturas y contando las respiraciones. La clase es bastante informal y no sigue la tradición estricta. Para los practicantes experimentados, la cuenta puede ser bastante relajada, mientras que para los menos experimentados, a veces puede sentirse un poco más rápida. El objetivo principal es conectar con los practicantes y hacer que todos se sientan bienvenidos, independientemente de su experiencia con la secuencia. Es como una introducción al método Ashtanga, proporcionando ajustes físicos y correcciones verbales. Se anima a los participantes a dar lo mejor de sí mismos y, lo que es más importante, a disfrutar del proceso.

¿Quién es Yosef Zur?

Yosef comenzó a practicar Ashtanga en la ciudad de Nueva York con Eddie Stern en 1997. En 2001, asistió y completó una formación de profesores con Richard y Mary Freeman en Boulder. Viajó a Mysore en 2002, donde practicó con Sri K. Pattabhi Jois. Asistió a todos los talleres que Sri K. Pattabhi Jois, Saraswathi Jois y Sharath Jois llevaron a cabo en la ciudad de Nueva York a lo largo de los años. Se trasladó a Tulum a principios de 2016 y ha estado enseñando principalmente, aunque no exclusivamente, en las clases diarias de Ashtanga en el Hotel Holistika.

SALA CANCÚN 12:30 - 14:00 HRS

MICHAEL STEWART SHANTA VIRA YOGA

Nivel de practicante: Intermedio

Descripción: na clase de Vinyasa Yoga que entrelazará posturas, respiraciones y transiciones fluidas, a través de un viaje que recorre los 7 chakras o centros energéticos del cuerpo sutil.

¿Quién es Michael Stewart?

Michael J. Stewart es profesor, nomada y creador de Shanta Vira Yoga. Nacido en Karachi de madre assamesa y padre escocés-irlandés, desarrolló un temprano interés por un amplio sentido de la humanidad. Su primera iniciación en la espiritualidad y las prácticas esotéricas vino de su abuela materna, una curandera profundamente conectada con sus raíces hindúes y, a la vez, una rebelde contracultural. Michael es un ávido viajero de los paisajes interior y exterior, encontrando que uno refleja continuamente al otro. Es un profundo practicante del "ser humano activamente".

SALA ISDIN 12:30 - 14:00 HRS

DAVINIA ACEBES CHAKRA VINYASA

Nivel de practicante: Multinivel

Descripción: Ashtanga yoga, media primera serie, "Estilo Tulum". Guiada en inglés, proporcionando indicaciones y descripciones de las posturas y contando las respiraciones. La clase es bastante informal y no sigue la tradición estricta. Para los practicantes experimentados, la cuenta puede ser bastante relajada, mientras que para los menos experimentados, a veces puede sentirse un poco más rápida. El objetivo principal es conectar con los practicantes y hacer que todos se sientan bienvenidos, independientemente de su experiencia con la secuencia. Es como una introducción al método Ashtanga, proporcionando ajustes físicos y correcciones verbales. Se anima a los participantes a dar lo mejor de sí mismos y, lo que es más importante, a disfrutar del proceso.

¿Quién es Davinia Acebes?

Su amor por el yoga comienza en el 2006 en Italia en una práctica de 108 saludos al Sol y canto de mantras. En su búsqueda por conectar con la parte más sutil de la energía realiza estudios en reiki, cristaloterapia, aromaterapia, biomagnetismo dimensional, armonización de chakras, sound healing, ayurveda, etc. Finalmente, decide certificarse como maestra de yoga en diferentes disciplinas como abatha, vinyasa, power yoga, yoga restaurativo, terapéutico, nidra y yin yoga para poder ofrecer un amplio abanico de estilos a sus alumnos. Imparte clases personalizadas con un enfoque holístico para ayudar al practicante a conectar con su verdadero YO y liberarse de heridas, patrones y patologías psicosomáticas. Sintiendo los beneficios de la disciplina, la lleva consigo a todos los países en los que vive, aprendiendo de diferentes maestros y linajes para enriquecer su práctica y conocimiento. Puedes encontrarla en su shala en Casa Frangipani Mérida, un espacio holístico para la práctica de yoga y en talleres de autoconocimiento y sanación que recibe reconocidos terapeutas y maestros de yoga de todo el mundo.