



BODICHITA MIND

# FORMACIÓN DE YOGA EN INDIA

Profesores nativos con traducción al español  
Titulación Internacional

FEBRERO 2026





# BIENVENIDOS A BODICHITA

Desde Bodichita Mind, nuestro deseo es ofrecerte una experiencia de calidad, única y enriquecedora. Este proyecto surge del impulso de nuestro compromiso personal con las prácticas de evolución mente-corazón como el yoga.

Durante años, hemos dedicado nuestras vidas a nutrirnos del conocimiento de los maestros nativos indios, así como en compartir esa sabiduría con nuestros estudiantes.

Queremos brindarte la oportunidad de que te nutras de las mismas vivencias y, algunos de los maestros; fuentes de conocimiento, de las que nosotros hemos tenido el privilegio de aprender.

Con nuestra experiencia acumulada en India, sabemos qué es lo que necesita el alumno en estas formaciones, así como integrar el conocimiento para que saques todo el jugo a esta aventura de autoconocimiento.



# ROBERTO DE PEDRO & CARLA VALENTI

Ofrecemos una experiencia familiar y personalizada, caracterizada por la profesionalidad, el afecto y el respeto que nos distinguen.

Creemos que la experiencia vivencial y el contacto directo en primera persona son fundamentales para la transmisión y asimilación de este conocimiento. En el contexto actual hiper-tecnológico aplicado al mundo del yoga, si bien es cierto que resulta necesario y útil para el aprendizaje, ya que facilita el acceso desde cualquier latitud, también es preciso reconocer que ha conducido a una sobreinformación y exceso de datos. Esto, a su vez, ha comenzado a reemplazar la experiencia en primera persona, que constituye la materia prima de cualquier práctica de yoga.

Construiremos juntos una atmósfera acogedora, amena y enriquecedora, cuidando y extrayendo lo mejor de cada detalle que esta experiencia ofrece para tu crecimiento personal y profesional.

Hemos recibido a cientos de personas en India, quienes han profundizado en sí mismas para luego compartirse con el mundo a través de las técnicas del yoga.

Nuestra mejor difusión siempre ha sido el boca a boca. Si has llegado hasta aquí, hoy te damos la bienvenida a esta comunidad donde te sentirás nutrido y acompañado.

¡Te esperamos!

***Mente despierta  
Corazón contento  
Alegría compartida.***  
Carla y Roberto.



# EL HOGAR VARKALA INDIA SUR



La escuela se encuentra ubicada en **Varkala**, en el **estado de Kerala**, la cuna del Ayurveda. Realizaremos nuestras prácticas, rodeados de naturaleza, a la sombra de palmeras, y a cinco minutos de la playa, que está bordeada por uno de los acantilados más bellos del mundo.

Sobre el acantilado puedes encontrar opciones de comida típica e internacional, en sus múltiples restaurantes adaptados al paladar occidental. Y podrás disfrutar de pescado fresco y frutos marinos recién traídos del mar.

Además, podrás entrar en contacto con la cultura local a través de los artesanos que tienen sus puestos cerca del mar y las familias indias que habitan Varkala.

# PACHAMAMA HOMESTAY



**Pachamama**, donde se ubica nuestra escuela, es el hogar de retiro donde solíamos pasar largas temporadas. Un lugar de encuentro de yoguis y un entorno mimado por la familia que regenta el lugar. Donde, en nuestras largas estadías allí, no teníamos que preocuparnos de nada mas que de nuestras prácticas.

Con el tiempo, se formó una comunidad de yoga en torno a Manoranjan, el maestro, que impulsó la creación de una escuela de Yoga y Ayurveda. Que hoy queremos compartir contigo.

Es un lugar perfecto para el descanso después de las clases. La estancia en habitaciones dobles, con un amplio jardín natural y rodeado de palmeras donde respirar el aire puro del sur de la India.

# LA COMIDA AYÚRVEDICA

Al ser un grupo reducido, las comidas están cuidadas como en casa, preparadas con amor por la familia de yoguis que nos acogerá, la misma familia que nos cuido durante tantas largas temporadas. Sabemos lo importante que es el cuidado personalizado, el calor del hogar, especialmente cuando uno esta lejos del suyo.

Seguro que has oido hablar de la exquisita comida del sur de la India. ¡Si no la conoces, te sorprenderá!

Por razones culturales, generalmente la comida india suele ser ovo-lacto-vegetariana y el arroz o el chapati es el acompañante principal y diario de los curris o guisos.



El estado de Kerala es la fuente que nutre a toda la India de especias frescas lejos de la contaminación ambiental.

Además, al ser una experiencia familiar siempre están dispuestos a compartirte los secretos de las recetas que se cocinan con principios ayurvédicos que ellos manejan de forma natural, ya que es tradición en todos los hogares. Y a pesar de ser comida india donde el sabor se caracteriza por la mezcla de especias, siempre se adapta al paladar occidental.

# CONOCE A LOS MAESTROS PRINCIPALES

## **Yogacharya Manoranjan Chand**

Es un profesor de Yoga excepcional. Juntos hemos compartido mil aventuras y aprendizajes. Fue uno de nuestros primeros profesores en India y con el tiempo abrazamos una hermosa amistad.

Nació en Orissa y desde su infancia sentía un fuerte deseo de conocer las respuestas de la vida y la conciencia superior. En su pequeño y humilde pueblo tenía muy pocas oportunidades por lo que, en las circunstancias más inusuales de un ciclón devastador en 1999, cuando tenía 16 años, Manoranjan abandonó su casa en busca de respuestas a preguntas que lo abrumaban. Después de luchar por sobrevivir en condiciones inhumanas en Nueva Delhi y de tomar la pobreza abyecta y la esclavitud como preciosas lecciones de vida, Manoranjan decidió mudarse a Kerala cuando, un encuentro casual con un viajero generoso, le brindó una valiosa oportunidad. Esto marcó el comienzo de su viaje yóguico.

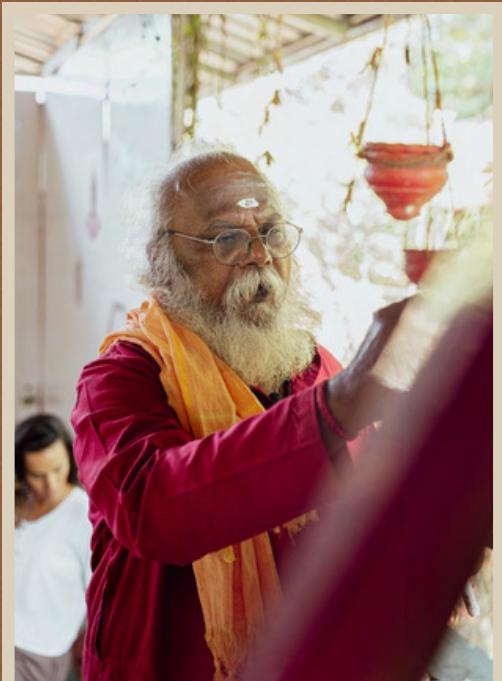


Comenzando desde la base, empezó a cocinar para escuelas de yoga, al mismo tiempo que conoció a un viejo asceta maestro de yoga que le enseñó el conocimiento ancestral del yoga. Poco a poco, fue encontrando su camino hacia las clases de ayurveda y yoga.

Este arduo viaje esculpió su personalidad hasta convertirla en un maestro con quien todos pueden identificarse. La fragancia de sus experiencias personales impregnan sus enseñanzas y nada de lo que dice proviene del árido conocimiento de los libros.

Nunca dejó de aprender y en cada oportunidad que se le presentó perfeccionó sus conocimientos con certificaciones y títulos en su campo. Hoy se ha convertido en una verdadera luz guía, con más de 10 años de experiencia docente en la formación de profesores y practicantes dedicados en todo el mundo.

# CONOCE A LOS MAESTROS PRINCIPALES



**Pranaji (Swami Thiyagarajan)**  
**Annamalai Prana Ji**, también conocido como Swami Thiyagarajan, es un maestro muy respetado y profundamente arraigado en los principios de la reconocida tradición del yoga. Proveniente de Tamil Nadu, la tierra de los Sidhhas. Con su experiencia y conocimientos, Prana Ji se ha ganado la reputación de ser uno de los maestros más venerados en el arte yóguico. Las enseñanzas de Prana Ji son combinación armoniosa de filosofías india y occidental, lo que hace de sus clases una experiencia cautivadora para estudiantes sinceros. Se especializa en pranayama, la ciencia del control de la respiración, e imparte profunda sabiduría en filosofía del yoga.

Los estudiantes bajo su guía obtienen una comprensión integral de los aspectos intrincados del pranayama y su profundo impacto en el cuerpo, la mente y el espíritu. Más allá del pranayama, el amplio conocimiento de Prana Ji se extiende a otras dimensiones del yoga.

Sus enseñanzas abarcan meditación, Kundalini Yoga y Ayurveda, brindando a los estudiantes una educación integral en las diversas facetas de la práctica del yoga. Con su vasto campo de conocimiento, Prana Ji facilita un enfoque holístico del yoga, animando a los estudiantes a explorar las profundidades de su ser y desbloquear su verdadero potencial.

Las clases de Prana Ji no son solo informativas, sino también inspiradoras, creando una atmósfera de transformación y crecimiento. Sus profundos conocimientos, junto con su estilo de enseñanza compasivo y enriquecedor, guían a los estudiantes en viaje transformador de autodescubrimiento y despertar espiritual. Para aquellos que buscan profundizar su comprensión del yoga, las clases de Prana Ji son una oportunidad invaluable para aprender de un verdadero maestro.



# CONOCE A LOS MAESTROS PRINCIPALES

## **Yogui Sunil Kumar**

Sunil Kumar, es profesor de filosofía con gran experiencia y una sólida formación académica en el campo del yoga.

Después de un curso/retiro de yoga de siete años "Brahmavidya Acharya" en 1985 en el estimado Sivagiri Mutt Varkala, bajo la guía de Swami Samprasadanda, un monje de la venerada Misión Sree Ramakrishna, fue inspirado por su maestro a continuar su formación por diez años más y expandir su compromiso de compartir el conocimiento.

La amplia formación de Sunil y su exposición a diferentes aspectos del yoga, lo han convertido en un profesor completo y experimentado. Su profundo conocimiento de los principios yóguicos, combinado con sus años de experiencia práctica, le permiten guiar a los estudiantes en un viaje transformador de autodescubrimiento y bienestar holístico. El estilo de enseñanza de Sunil se caracteriza por su pasión, paciencia y compromiso de crecimiento con sus estudiantes.



## **Abhishek Rawat**

Nació y creció en la capital mundial del yoga, Rishikesh. Desde pequeño se inclinó por el yoga y obtuvo una maestría en ciencias yóguicas de la Universidad Dev Sanskriti Vishwavidyalaya (DSV) en Haridwar, Uttarakhand, India. Completó 500 horas de formación como profesor de yoga en Aatma Yogashala en Rishikesh, estudió con varios grandes maestros indios y asistió a cursos intensivos de ashtanga e Iyengar yoga en Rishikesh. Abhi cree en la difusión del yoga para abordar la enfermedad de forma natural. Como profesor considera que el poder de la práctica yóguica y la meditación, no está en el yoga en sí, el verdadero poder ya está dentro del practicante sincero. El yoga es solo la clave para desbloquear este tesoro. Su visión es difundir el aprendizaje que ha aprendido de sus gurús y ayudar a las personas a vivir una vida plena.

# ROBERTO DE PEDRO

Roberto comenzó su viaje de aprendizaje del yoga mucho antes de que él mismo lo supiera. En 2011 emprendió su viaje lejos de España, su tierra natal, hacia Sri Lanka llamado por la cultura budista. En 2015 viajó a India a realizar su primera formación de Yoga, y desde entonces quedó vinculado a esta rica cultura de conocimientos ancestrales.

En 2016 comenzó el proyecto de compartir el yoga en español, con formaciones en Rishikesh, Varkala y Nepal. Desde entonces ha vivido entre India y Nepal nutriéndose de conocimientos y experiencias.

Se siente afortunado de haber sido instruido bajo la guía de grandes y sinceros maestros, así como de haber disfrutado de largos períodos de retiro donde digerir el conocimiento y transformarlo en experiencia.



Roberto habla desde el corazón, con su característico toque de humor y espontaneidad, con respeto hacia el conocimiento y hacia el otro.

Comparte su experiencia con gratitud, amor y naturalidad.

Buscador inquieto y dinámico siempre ha tratado con respeto la evolución de la multidimensionalidad del ser humano. Lo que le ha llevado al estudio de diferentes disciplinas de yoga, el budismo tibetano, así como de maestros occidentales de primer nivel en ciencias cognitivas, y transpersonales respaldadas por la ciencia.

Con un experimentado enfoque holístico e integrador entre las filosofías contemplativas tradicionales y una visión clara basada en evidencia científica, hace que sus clases sean una experiencia profunda y cercana.

El propósito de Roberto es que te conozcas a ti mismo, que te desprendas de los velos que nublan la dulzura del Ser. Que te nutras de esa experiencia luminosa para que te compartas al mundo con soltura, gratitud y amor.



# CARLA VALENTI

Carla es Licenciada en especialista en enfoques transpersonales y Mindfulness.

Es profesora y formadora de yoga y, desde el inicio de su camino, ha trabajado para llevar el Yoga a las Infancias.

Hace más de 15 años se encuentra viajando por el mundo, dictando clases y formaciones y nutriéndose del conocimiento ancestral de diferentes filosofías y maestros de yoga, meditación y ciencias de la mente.

Fue por años profesora de Metodología de la enseñanza del Yoga y traductora de los maestros nativos en formaciones intensivas de Yoga para profesores de 200hs y 300hs en India y Nepal.



Ha tenido el honor de acompañar a cientos de alumnos de manera presencial y online en diferentes cursos y formaciones al rededor del mundo.

A Carla le apasiona conocer culturas, sobre todo aquellas donde aún perduran prácticas y conocimientos sobre el autoconocimiento y autorealización.

Considera que, el acercarnos a otras formas de vida, es una manera de abrir la mente y el corazón para empatizar con cualquier ser humano y nutrirse de aquellos conocimientos que debemos recordar para unirnos entre las personas desde el amor compasivo y el altruismo.

Además, Carla ha creado sus propias formaciones de Yoga para las infancias, dirigidas a profesionales, educadores, profesores de yoga y familias, con el fin de compartir todo el conocimiento recolectado en el camino y sembrar la semilla del Yoga, como herramienta de prevención y promoción de la salud desde edades tempranas.



# PROGRAMA



Ofrecemos una auténtica combinación de conocimientos de Ayurveda y Yoga, tanto para principiantes como para practicantes con más experiencia.

En ambos casos sentirás que te estás nutriendo de bases sólidas para tu camino. No se necesita experiencia previa.

Sentimos que la cultura yóguica está perdiendo sus partes, por ello se seguirán las prácticas (bandhas, kriyas, mudras, mantras, estilo de vida, yamas, niyamas) pero en combinación con un enfoque actual, que puedas adaptar en occidente de manera segura y factible.

Ayurveda es la ciencia de la vida, por ello compartimos con los estudiantes cómo vivir y desarrollar un estilo de vida saludable basado la cultura ayurvédica, con conocimiento y sabiduría auténticos.

En los hogares del sur de la India están tan integradas las prácticas ayurvédicas en el cotidiano, que hace que te nutras de él en la propia experiencia.

Además el plus de esta formación es que obtendrás los conocimientos prácticos Ayurvedicos en **masaje de cabeza y cuello, además de una clase de cocina típica India, con sus principales recetas.**



# HORARIO ORIENTATIVO

**6:00** Hatha Yoga

**7:30** Kriyas

**8:00** Pranayama

**9:00** Desayuno

**11:00** Anatomía/ Mudras/ Mantras

**12:00** Met. de la enseñanza.

**13:00** Almuerzo

**16:00** Filosofía del Yoga/Ayurveda

**17:00** Ajustes y Alineación

**18:00** Meditación y Yoga Nidra

**19:00** Cena

(Los horarios y profesores están sujetos a cambios según disponibilidad de los maestros y/o cambios en el cronograma)



# VALOR:

**Valor total de la Formación: 1.800 USD**

Habitación doble (2 personas por habitación)

**Incluye:**

- Todas las clases teóricas y prácticas de la Formación.
- Talleres especiales de Masaje ayurvédico y clase de cocina India.
- 25 noches de alojamiento en habitación doble
- 3 comidas diarias
- Infusiones y agua potable siempre disponible
- Libro/Manual
- Visitas locales, excursiones
- Algunas sorpresas...

**No Incluye:**

- Aéreos, visa, traslados al aeropuerto, seguro médico.

**26 días y 25 noches.**

Comenzando el **check in el día 1 de febrero de 2026**. Este día esta incluido el desayuno, almuerzo y cena.

El **check out se realizará el día 26 de Febrero** a lo largo del día, este día incluye desayuno y almuerzo.





# PACHAMAMA HOME

Pachamama esta situada en Thirumvambadi Road,  
(Black Beach Road) Khurakkanni 695141 Varkala,  
India.

[Cliquea para ver en mapa](#)



El Aeropuerto Internacional de Trivandrum  
(Thiruvananthapuram) es el más cercano. A una  
hora de Varkala.

Se puede organizar una recogida privada desde el  
aeropuerto hasta la puerta de la escuela para que no  
tengas que preocuparte de nada....



# PREGUNTAS FRECUENTES

## ¿En qué consiste esta formación?

La Formación de 200hs, es un curso Intensivo e inmersivo, diseñado para estudiantes de todos los niveles que deseen profundizar en conocimientos de la Filosofía y la prácticas del Yoga. Este curso te ayudará a entender el Yoga desde sus raíces, desde la práctica y el conocimiento profundo y ameno de los maestros, para que puedas incorporar los principios de la Filosofía Yóguica en tu vida diaria, en tus prácticas y en tus clases de Yoga.

## La Escuela de India

La Institución donde realizaremos la Formación es una escuela conformada por maestros indios, y especialmente elegida por nosotros. Muchos de sus profesores forman parte de los maestros con los que nosotros mismos hemos estudiado y nos hemos formado. Las clases serán dictadas por ellos y nosotros en persona, realizaremos todas las traducciones. Además, Roberto dictará la asignatura de Meditación y Yoga Nidra, y Carla la asignatura de Metodología de la enseñanza y nos encargaremos en cada momento de que puedas ir integrando todos los conocimientos fundamentales de una manera entendible y aplicable tanto en tu vida cotidiana, como en tu enseñanza, generando bases sólidas.

## Los Profesores y Traductores:

Tanto los profesores nativos, como los traductores poseen mas de 10 años de experiencia dedicados exclusivamente a la transmisión del Yoga.

**India pero en español:** Todas las clases son traducidas de forma simultánea al español. Además, todos los libros y manuales que recibirás para las formaciones también estarán en tú idioma. También se te dará acceso a una biblioteca digital para el estudio posterior.

## Certificación Internacional:

La certificación de Yoga está avalada por Yoga Alliance (200hs).



# PREGUNTAS FRECUENTES

**¿Qué estilo de yoga asana se enseña?**

Hatha Yoga y Ayurveda.

**Te sentirás acompañado desde el principio:**

Sabemos que al planear tú viaje a India, aparecen muchas dudas y preguntas, por ello, te ayudaremos desde el principio, con todas las sugerencias y consejos necesarios para los preparativos de tú viaje.

**Comunidad de por vida:**

Creamos una comunidad real, no solo previo al viaje, sino que nuestros grupos se caracterizan por seguir en contacto posterior a la experiencia y generando espacios de encuentro. Además creamos medios de conexión y comunicación entre ustedes previos al viaje para que puedan conocerse y quizás organizarse para compartir viaje si provienen de los mismos lugares.

**¿Cuál es el aeropuerto más cercano a Varkala para organizar mi vuelo?**

Los aeropuertos más cercanos a Varkala son los aeropuertos de Thiruvananthapuram Airport (TRV) a 50 km de la Escuela. Cochin International Airport (COK) a unos 200 km de la Escuela.

**¿Se puede organizar un taxi para que nos busque en el aeropuerto al llegar y llevarnos a la escuela?**

Sí, Desde le escuela se puede organizar para que un taxi de nuestra confianza te busque en el aeropuerto indicado y te lleve directamente hacia la escuela.



**¿Cuál es el tamaño de la clase?**

Tamaño reducido y personalizado, solo 16 estudiantes.

**¿Existen requisitos previos para el curso?**

No existen requisitos previos. Sí recomendamos tener alguna práctica física regular (mejor si es yoga) de por lo menos un año previo al viaje. De todas manera cada uno puede ir a su ritmo, escuchar su cuerpo y el profesor siempre dará variantes en las prácticas considerando problemas de salud y lesiones. Yoga no es únicamente trabajo físico.

# PREGUNTAS FRECUENTES

## **Grado de exigencias y tiempo libre:**

Vale aclarar que no es un plan de vacaciones, es una formación de yoga, con bastante poco tiempo libre durante los días de clases. Sí tienes días libres; los días domingos completos y mitad del miércoles (después del almuerzo). También en los días libres se realizará alguna visita local o excursión incluida en el paquete de la Formación.

## **¿Hay un examen o evaluación final?**

Si, para obtener la certificación de Yoga Alliance que te otorgará las capacidades necesarias para instruir en la disciplina del yoga en cualquier parte del mundo, será necesario: asistir a clases, realizar una prueba escrita, y guiar una clase de Yoga a tus compañeros. En el caso de no cumplir con los requisitos anteriormente mencionados, se hará entrega al estudiante de un certificado de asistencia al curso.

## **¿Debo vacunarme?**

Las vacunas varían según el país de origen. Por lo que te recomendamos hablar con tu médico de cabecera o con la unidad del viajero de tu país o comunidad. Es conveniente que realices esta gestión con varios meses de antelación al viaje. Desde Latinoamérica se pide llevar el carnet de la fiebre amarilla que te lo solicitarán al ingresar a India.



## **¿Cuál es el clima?**

El clima en Varkala durante febrero es bueno con temperaturas entre los 28°C y 35°C. El tiempo en enero en Varkala es bastante seco; casi nunca llueve. Por la mañana, la temperatura desciende hasta 28°C. Así que, el promedio de temperatura en enero y febrero en Varkala es de 30°C.

## **¿Necesito Visa?**

Para ingresar a India si es necesario tramitar un visado. Es un trámite muy fácil que varía dependiendo del país.

# TESTIMONIOS

## Sol Contarino:

Hay un poema de Eduardo Criado que compartieron que dice algo así como " ¿Cómo es India? ayer me preguntaste Y yo, que aún llevo su polvo en mis sandalias, y su luz, como un ascua, en la mirada, medité y no supe contestarte" que me emociona al leerlo porque representa exactamente lo que siento, mis pies aún tienen los colores de Holi y mi corazón desborda de alegría al recordar lo vivido. Esta experiencia ha sido mágica, mucho más de lo que he podido imaginar. Siento profunda gratitud, por la comunidad que se ha formado, mis compañeros con los cuales hemos sido red dentro y fuera de la sala, y por los maestros tan generosos.

La formación de yoga, ha sido excepcional, cada día lleno de aprendizaje, con maestros de vocación que han compartido más allá que un contenido teórico o una práctica de yoga, sino también principios y una filosofía de vida, herramientas reales para el día a día , para compartir con un compañero de trabajo, un amigo, un familiar o todo aquel que necesite un momento de gratitud, compasión o una simple pausa para ser consciente. Sin más, agradecida a Carla y Robert por estar siempre presentes acompañando, a Pachamama home que supo ser hogar en estos días y a la India, por permitirnos conocer en profundidad las raíces del yoga. Gracias y Maitri!  
(@msolconta)

## Araceli Rodriguez:

Fue una Hermosa y amorosa transformación, que me abrió el corazón y me llenó de Felicidad, al inicio fisicamente pensé que no podría, y la 2da semana la transformacion física se fue notando. Los Maestros son Fantásticos cada uno en su especialidad, y que decir de los maravillosos traductores, que sin ellos no hubiera sido posible la Formación, y no solo x la traducción, sino por su contención, acompañamiento, y amorosidad. Y agradecer infinitamente a todos, y a los compañeros de ese grupo maravilloso!!, al cocinero, a Aby que es un sol y nos atendió como reyes, la comida riquisima y muy cuidada, las habitaciones cómodas y confortables. La limpieza de la escuela, todo 10 puntos. Lo recomiendo ampliamente!!!  
(@aracelirodriguez333)

## Elena Ibaceta:

Un sin fin de movilización y emoción en mi fue la formación en Yoga Varkala 2025. La apertura, la aceptación y dejarme sorprender fueron mis lemas. Me sentí contenida y cuidada. Los maestros, ustedes y los que venían de afuera, cuál de todos más exquisitos en su sabiduría y enseñanzas "sobre todo de experiencias propias, que según yo, son las que más enriquecen el alma propia y de quién las recibe. Entonces gratitud infinita para ustedes y todos los maestros.  
(@elenazetta3)

# TESTIMONIOS

## Mariajo Herrera Casitas:

Un viaje en muchas direcciones. El más importante es hacia mi interior. hemos contado con herramientas maravillosas, a disposición, que han propiciado ese encuentro con nosotros mismos y en la mejor compañía...con todos y todas y cada uno/a de mis compañer@s y profesores. sumergirte en la cotidianidad de este hermoso pais, disfrutar de las prácticas de Yoga, saborear sus comidas, bañarse en ese mágico mar...una experiencia sin duda extraordinaria. Es la primera vez en mi vida que me siento en plenitud, jamás pensé "que hago aqui"...me sentí acompañada en todo momento y también con libertad para poder decidir. El aprendizaje es impresionante: necesito más tiempo para poder observar y asimilar todo lo que supuso mi viaje a Varkala.  
(@mariajoherrerasitas)

## Sara:

Para mi ha sido una experiencia que sin duda guardaré en mi corazón toda la vida. La formación es muy completa y enriquecedora. En 25 intensos días te sumerges no solo en que es el yoga sino que vives y experimentas por ti mismo los beneficios de la práctica, más allá de las asanas, también ayurveda, historia y filosofía, meditación y lo haces gracias a grandes maestros que ves que lo tienen integrado en su día a día y lo transmiten con pasión, detalle y sobre todo con mucho cariño e ilusión. Todo está cuidado y seleccionado con mucho detalle y eso se nota en la calidad de la formación. Para mi la formación ha sido la semilla que ha hecho crecer aun más la curiosidad y las ganas de seguir aprendiendo. Además de las personas que hacen la formación junto a ti, porque se acaban convirtiendo en familia y tu apoyo no solo durante la formación sino ya forman parte de tu vida.

Para mi personalmente como una primera formación de 200h ha estado muy completo, muchísima información y de mucha calidad, con maestros muy especiales. Tambien creo que valorar la formación solo en los días físicamente que estás en Varkala es quedarse corto. Hay muchísima documentación y muy enriquecedora del curso que hay que seguir integrando más allá de India.

(@sara\_bo)





2026

# FORMACIÓN DE YOGA EN INDIA

Profesores nativos con traducción al español  
Titulación Internacional



# FORMACIÓN DE YOGA EN INDIA

Profesores nativos con traducción al español  
Titulación Internacional



BODICHITA.MIND.INFO@GMAIL.COM



+54 9 343 610 96 52



@BODICHITA.MIND

Mente despierta  
Corazón contento  
Alegría compartida



BODICHITA MIND