

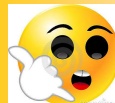
**APRENDE CON  
YOGA NIDRA**

Yoga nidra es una práctica de relajación que pone el alumno en un estado de conciencia más abierto al aprendizaje. Se pueden recordar palabras y frases con más facilidad. Además el yoga nidra sirve para ayudar con el “burn-out” y estrés.



**Samadhi Murti es profesora de alemán y inglés y también de yoga, con experiencia y acreditación de Satyananda Yoga Academy, Australia (no. 14293). SATYANANDA YOGA® is a trademark of IYFM used under license.**

**APRENDE CON  
YOGA NIDRA**



Phone: 608 424 575

E-mail:

AprendeConYogaNidra@gmail.com

**También, niveles A1 & A2 de inglés  
y de alemán**

**APRENDE CON  
YOGA NIDRA**

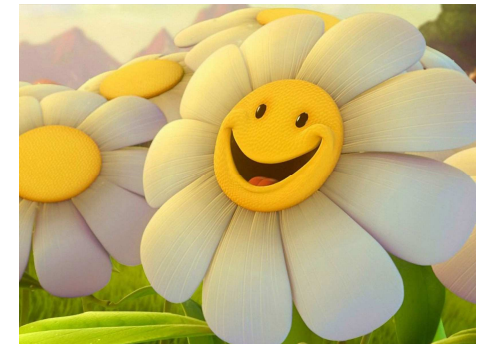
**APRENDE INGLES  
CON YOGA NIDRA**

**Cansado?**

**Burned out?**

**Estresado?**

**Entonces mejora tu  
inglés de conversación  
a través de relajación  
profunda (yoga nidra)**



**Phone 608 424 575**

# Curso de conversación inglés (nivel B1) utilizando yoga nidra

Palma de Mallorca,  
nivel B1 conversación inglés:  
20 sesiones de 2.5 horas

con **Sn. Samadhimurti** -  
profesora de Idiomas  
y profesora de  
SATYANANDA YOGA®  
(acreditación de Satyananda Yoga  
Academy, Australia no. 14293).

Más detalles:  
[aprendeconyoganidra@gmail.com](mailto:aprendeconyoganidra@gmail.com)  
llama +34 608 424 575



SATYANANDA YOGA® is a trademark of  
IYFM used under license.

## ¿QUÉ ES EL YOGA NIDRA?

Yoga nidra es una práctica de relajación que pone el alumno en un estado de conciencia más abierto al aprendizaje. Se pueden recordar palabras y frases con más facilidad. Además el yoga nidra sirve para ayudar con el “burn-out” y estrés.

## ¿DE QUÉ CONSTA UNA CLASE?

En cada clase aprenderemos palabras de un tema nuevo, un poco de gramática, en base a un diálogo, una historia o un artículo. Tras una lectura inicial, profundizaremos en ello en un estado de relajación y acudiremos a diálogos, conversaciones, roleplays y juegos utilizando los conocimientos nuevos. Cada clase durará 2.5 horas. Las técnicas de yoga nidra utilizadas en clase estarán disponibles en Internet para los alumnos.



## ¿Y EL ALUMNO?

El curso va dirigido a personas que quieran adquirir un nivel básico de alemán, sin necesidad de conocimientos previos ni deberes.

El usuario ideal debería estar abierto al uso de técnicas de relajación para alcanzar un mejor estado de aprendizaje. Además de contar con herramientas para ayudar a controlar el estrés y el “burnout”; casi siempre adquiriendo mayores niveles de



También, niveles A1 & A2 de inglés  
y de alemán