

Formación Básica /100 h

La formación más relajada
y accesible del Método Balance®

MÉTODO
BALANCE

Te presentamos la formación más relajada y accesible del Método Balance®, ideal para quienes están dando sus **primeros pasos en el yoga** (y sí... suele ser la puerta que abre camino a la Pro 😊).

Una experiencia de **4 módulos completos** para aprender desde las bases, integrar la práctica con claridad y construir confianza, acompañada de guía, comunidad y movimiento real.

Podés elegir cómo vivirla

- **100% virtual en vivo** — En un grupo exclusivo con guía personalizada de Cam.
- **100% grabada (asincrónica)** — Para avanzar a tu propio ritmo.

**EXPLORÁ EL CONTENIDO
Y EMPEZÁ TU PRÁCTICA
CON UNA BASE SÓLIDA**

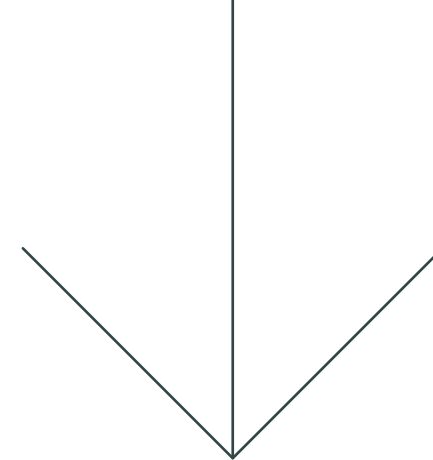
¿PARA QUIÉN ES?

- Principiantes absolutas.
- Practicantes que sienten que les falta claridad técnica.
- Personas que quieren empezar una formación, pero todavía no se animan al nivel Pro.

¿QUÉ VAS A APRENDER?

- ✓ Introducción e historia del Yoga
- ✓ Qué es el Método Balance, principales ejes
- ✓ Bhandas, drishtis, Mudras y mantras
- ✓ Respiraciones y pranayamas
- ✓ Neuroplasticidad Y Neurociencia, conociendo a nuestro cerebro
- ✓ Qué es el Yin Balance
- ✓ Guía para conocer el Yoga Pre Natal
- ✓ Principales prácticas y posturas básicas universales del Yoga
- ✓ Cómo comenzar una práctica diaria
- ✓ Muchas cosas más dentro de las 60 horas de contenido audiovisual y material de estudio

¿QUÉ INCLUYE?



 + 20 **clases prácticas en vivo** por Zoom todos los martes a las 19:00 h (Arg)

 + 20 **clases teóricas + prácticas en vivo** por Zoom todos los miércoles a las 19:00 h (Arg)


 **Encuentro virtual** por Zoom **mensual intensivo (solo teórico)** un sábado al mes de 9:00 a 13:00 h.

 **Grupo reducido y exclusivo**, con atención personalizada

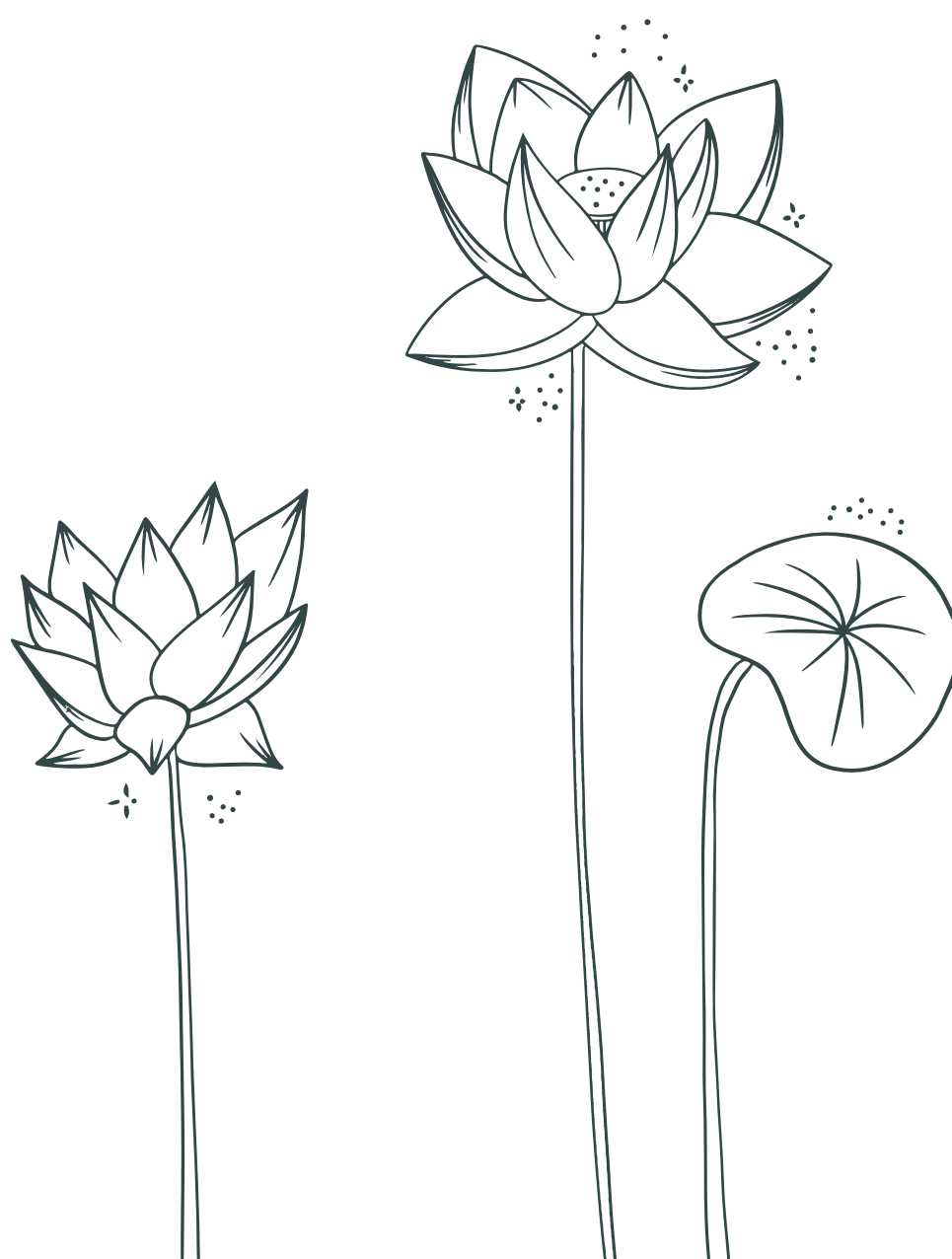
 **Acompañamiento real y feedback** + espacio para consultas individuales en la plataforma

 **Material completo de estudio** (manuales teóricos, prácticos, videos, ejercicios)

 **Acceso a las grabaciones** para repasar

 **Certificado privado de asistencia al finalizar la formación** (el internacional se otorga sólo al finalizar la Formación Pro)

 **Posibilidad de continuar** la cursada pasando al grupo de Formación Pro



Retiro de cierre:
BRASIL 2026

Invitamos a las alumnas que finalizan la Formación a vivir un retiro de cierre de año en **Itamambuca, Brasil, en diciembre 2026:** un encuentro para integrar, celebrar y cerrar el ciclo en comunidad.

Cupos limitados

2 grupos de hasta 20 personas c/u

Fechas y valores a confirmar

MODALIDAD DE CURSADA

- **100% virtual online** con encuentros en vivo semanales (martes y miércoles + sábado mensual) + material grabado
- **Duración 4 meses** (4 módulos)

Materiales necesarios

Siempre recomendamos:

- **Tu propio MAT de yoga**

- **Props:**

Manta, bloque, cinto o correa

(Consultanos por marcas amigas con descuentos)

MODALIDADES DE INVERSIÓN

- **Matrícula única: \$80.000 ARS**
(Por transferencia directa o compra web)

MEJOR PRECIO

Pago único por
transferencia
o efectivo



\$580.000 ARS
+ \$80.000 matrícula
(o 400 U\$D + 65 U\$D matr.)

PAGÁ MIENTRAS CURSÁS

4 cuotas
pago únicamente
por compra web



\$160.000 ARS
+ \$80.000 matrícula
(o 120 U\$D + 65 U\$D matr.)

ELEGÍ EL RITMO QUE ACOMPAÑE TU PROCESO

- Pago vía transferencia bancaria / efectivo / compra web según corresponda.
- Pagos internacionales: transferencia directa vía PayPal a infoyoga.balance@gmail.com

PREGUNTAS FRECUENTES

- **¿Es para principiantes?**

> Sí.

- **¿Qué pasa si falta?**

> Nada. Todo queda grabado y cargado en la plataforma privada para que puedas ponerte al día!

- **¿Puedo hacerla desde el exterior?**


> Sí, es 100% online. Pediremos videos de seguimiento.



Términos y Condiciones

- EL COMPROMISO ES NECESARIO Y MENSUAL, CON CUOTAS QUE ASEGURAN TU CUPO.
- UNA VEZ INICIADO EL PROGRAMA, NO HAY DEVOLUCIONES.
- EL ACCESO AL MATERIAL ES INDIVIDUAL E INTRANSFERIBLE.
- ABANDONAR LA FORMACIÓN NO EXIME DEL PAGO DE LAS CUOTAS COMPROMETIDAS.
- TODO EL CONTENIDO ES PROPIEDAD INTELECTUAL DEL MÉTODO BALANCE®.
- MATERIAL INDIVIDUAL Y EXCLUSIVO DE QUIEN CURSA, SIN DEVOLUCIONES UNA VEZ INICIADO EL CURSO. UNA VEZ FINALIZADO EL CURSO, EL CONTENIDO QUEDA DISPONIBLE EN LA PLATAFORMA DURANTE 15 DIAS MÁS. LUEGO SE LES ENVIARÁ, A QUIENES HAYAN CONCLUIDO LAS FORMACIONES EXITOSAMENTE, EL MATERIAL DE MANERA PRIVADA.





*Que invertir en vos
sea tu decisión
más valiente del año.*

¡Nos vemos en el Mat!



+54 9 11 7362 0946



infoyoga.balance@gmail.com



www.metodoyogabalance.com



[@metodo.balance](https://www.instagram.com/metodo.balance)

MÉTODO
BALANCE