Wellness House

Our first

KALMA 200-HOUR YOGA TEACHER TRAINING

*

Presencial + Online / Hybrid

29 de enero – 14 de marzo del 2027

Master Teacher

Nena Knafo



About

Nena

Alexandra Knafo, conocida como Nena,
es profesora de yoga venezolana radicada
en Miami y fundadora de NKY –
Nena Knafo Yoga.

Con más de 14 años de experiencia
internacional, se especializa en formar
profesores y en traducir el yoga en
herramientas claras, prácticas y
transformadoras.



Teachers



*

Dominique
Barkhausen



*

Alejandra
Palacios

About

Dominique

Dominique Barkhausen, conocida como Vita, es empresaria, health coach, fundadora de Vita Healthy & Fit y cofundadora de Kalma Wellness House.

Con más de 12 años como practicante de yoga y enseñando desde 2022, cuenta con más de 700 horas de formación, incluyendo estudios avanzados con Nena Knafo, además de una certificación en meditación guiada y técnicas de respiración.

About

Alejandra

Alejandra Palacios es profesora de yoga venezolana, con más de 10 años de práctica y una formación de 500 horas (RYT 500).

En sus clases integra movimiento consciente, respiración y filosofía del yoga, creando un espacio seguro para conectar con el cuerpo y cultivar presencia, dentro y fuera del mat.



Our Training

Nuestro primer Kalma Teacher Training es una formación de **200 horas.**

Está diseñado no solo para quienes quieren convertirse en maestros de yoga. También puede ser para ti si estás buscando profundizar en tu práctica, crecer personalmente y aprender a integrar el yoga como parte de tu estilo de vida.

Su propósito es aprender a vivir el yoga como una práctica personal y como una filosofía de vida.

*

¿Qué te vas a llevar?

Una base sólida para profundizar tu práctica y comenzar tu camino como profesor/a.

Aprenderás:

*

La secuencia y metodología SPV de Nena Knafo, que podrás adaptar a ti.

Asana, alineación, uso de props y modificaciones.

Anatomía aplicada al yoga.

Cueing, voz, ritmo y presencia.

Practice Teaching con feedback de las maestras.

Pranayama y meditación.

Historia y filosofía del yoga.

El yoga como profesión.

Chakras, nadis, mudras y bandhas.

Cómo sostener un salón y desarrollar tu identidad como profesor/a.

¡Y mucho más!

Incluye

Diploma aprobado por Yoga Alliance – RYT 200.

*

Libreto completo, incluyendo manual de alineación.

*

Plataforma digital completa.

*

Regalos sorpresa especiales.

*

Fotos y videos para recordar la experiencia.

*

Una comunidad y amistades para toda la vida.

*

Clases presenciales durante los fines de semana.

Fechas

ENERO

29 · 30 · 31

viernes a domingo

FEBRERO

6 · 7 · 13 · 20 · 21 · 28

MARZO

6 · 7 · 13 · 14

Breaks: *14 de febrero (San Valentín) y 27 de febrero*

*

Horario aproximado

12:00 p. m. – 5:00 p. m.

El horario puede variar.

Modalidad:

Presencial y/o vía Zoom.

Si estás en República Dominicana,
ideal es participar de manera presencial
en al menos el 60 % del training.



KALMA 200-HOUR YOGA TEACHER TRAINING

Una inversión para toda la vida

INVESTMENT

US$1,950
por participante
Kalma Members Price

US$2,150
por participante
Precio regular

SECURE YOUR SPOT

Para reservar tu cupo se requiere un depósito de **US$950 no reembolsable.**

FLEXIBLE PAYMENT OPTIONS

Queremos que puedas organizar tu inversión a tu ritmo

Puedes realizar tu pago en hasta 3 cuotas:

Primer pago **US$950**	para asegurar tu cupo.
Segundo pago **US$500**	durante el mes de diciembre.
Tercer pago **US$500**	o tu restante a más tardar el 15 de enero de 2027.

Este plan de pagos corresponde al precio de Kalma Member de US$1,950.
De no ser member, el tercer pago sería de US$700.

PAYMENT METHODS

ACEPTAMOS:

Transferencia bancaria en pesos dominicanos.
Tasa fija de RD$60 por US$1

Tarjeta de crédito con un aumento de un 5 %.

Importante: *favor enviar comprobante de pago completo para confirmar tu inscripción.*

*

Tu depósito asegura tu espacio y forma parte del monto total de la inversión.
En enero te estará llegando el formulario de training para conocerte mejor.
También tendremos grupo de WhatsApp.