

**II CONGRESO INTERNACIONAL  
DE DESARROLLO INFANTIL  
INTEGRAL EN SINERGIA EDUCATIVA**



**21-22-23 agosto 2019 - Portoviejo - Ecuador**



**II CONGRESO INTERNACIONAL DE  
DESARROLLO INFANTIL INTEGRAL  
EN SINERGIA EDUCATIVA**

FUNDACION  
TREMO KAWELL

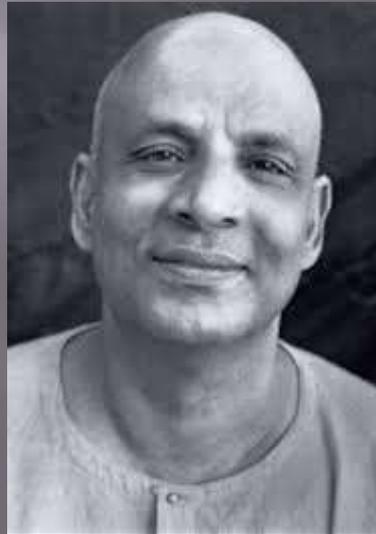
YOGA

# ¿Qué es YOGA?

Es la unión del cuerpo, la mente y el alma

# Nuestros Maestros

- ▣ Sri Swami Sivananda



Nació el 8 de Septiembre de 1887

Falleció el 14 de Julio de 1963

- Swami Vishnu Devananda



Nació el 31 de Diciembre de 1927  
Falleció el 9 de Noviembre de 1993

# LOS 5 PRINCIPIOS

## 1.-EJERCICIO ADECUADO

“ASANAS”

## 2.- RESPIRACIÓN ADECUADA

“PRANAYAMAS”

### 3.- RELAJACIÓN ADECUADA

“SAVASANA”

## 4.- DIETA ADECUADA

“EQUILIBRADA”

5.- PENSAMIENTO POSITIVO  
Y  
MEDITACIÓN

“ VEDANTA Y DHYANA ”

# CÓMO LLEGAMOS A TREMO KAWELL

# ¿POR QUÉ HACEMOS YOGA?

- LIBERAMOS LA MENTE
- CONOCEMOS NUESTRO CUERPO
- APRENDEMOS A DOMINAR LA RESPIRACIÓN
- LOGRAMOS UNA MAYOR CONCENTRACIÓN
- INTERCAMBIAMOS NUESTROS SENTIMIENTOS
- USAMOS LA IMAGINACIÓN
- APLACAMOS LA HIPERACTIVIDAD Y EL STRESS
- JUGAMOS PARA DESINHIBIRNOS

# ¿CÓMO TRABAJAMOS EL YOGA EN LA INFANCIA?

- ARMAMOS LOS GRUPOS EN FUNCIÓN A LA DISCAPACIDAD, DIFERENCIAS DE ATENCIÓN Y CAPACIDAD DE CONCENTRACIÓN
- NOS FORMAMOS EN UN CÍRCULO
- Y A PARTIR DE ESE MOMENTO...

TREMO KAWELL

HACIENDO SADHANA

# NAMASTÉ



SAVASANA































TREMO KAWELL  
DIJO PRESENTE  
EN EL  
DÍA INTERNACIONAL DEL  
YOGA

