DRAGON YOGA

Hay un tigre en ti que quiere volar…



Programa de 5 meses, práctica, estudio e integración

FEBRERO A JUNIO DE 2027

Instagram @aryaman80

El dragón es un animal que no existe, formado por ocho que sí existen

El dragón chino reúne las mejores cualidades de ocho animales: **patas de tigre, garras de águila, cuerpo de serpiente, escamas de pez, cabeza de camello, orejas de buey, ojos de conejo y astas de ciervo.** Cada una de estas cualidades se puede entrenar.

Durante cinco meses cultivas esas ocho cualidades en tres planos a la vez, porque tu cuerpo, tu atención y tu dinero funcionan como un solo organismo.

CUERPO	Práctica en vivo de yoga y Qi Gong: fuerza, movilidad, respiración y sensibilidad interna.
MENTE	La teoría que da sentido a la práctica: anatomía, sistema nervioso, pranayama y meditación.
DINERO	Educación financiera aplicada hasta tener tu estrategia financiera personalizada.

EL RECORRIDO

Cinco meses · ocho cualidades

MES 1 · INICIA 20 FEBRERO Patas de tigre y garras de águila

MES 2 · INICIA 13 MARZO Cuerpo de serpiente y escamas de pez

MES 3 · INICIA 17 ABRIL Cabeza de camello

MES 4 · INICIA 15 MAYO Orejas de buey y ojos de conejo

MES 5 · INICIA 19 JUNIO Astas de ciervo

CIERRE – 24 JUNIO

Cada semana recibes una clase grabada, de práctica o de teoría, una vez al mes nos vemos para practicar y aclarar dudas. (**ver fechas de los encuentros virtuales en cada módulo**)

Hay práctica en vivo todos los martes a las 6:30 pm (Hora de Colombia)

Compartimos durante los 5 meses en un grupo de Whatsapp para ir acompañando tu proceso, aclarando dudas y fortaleciendo conceptos.

MES 1 · ENCUENTRO VIRTUAL 20 FEBRERO

Patas de tigre

CORAJE

Empiezas por la base, por la fuerza, en el enraizamiento y la proyección de la raíz a todos los tejidos del cuerpo.

Financieramente, también comienzas por la base, definiendo un presupuesto personal y aterrizando el flujo de caja de tu vida.

CUERPO	MENTE	DINERO
• Las 8 piezas del Qi Gong – Baduanjin • Secuencia de piernas de kung fu para ganar fuerza y soltar cadera • Anatomía básica: tendones y ligamentos	• Respiración y postura: cómo se conectan los músculos que te sostienen con los que te hacen respirar • Primer nivel de relajación interna: Estructura Vs movimiento.	• Presupuesto y flujo de caja: cuánto entra, cuánto sale y a dónde va

Garras de águila

PRECISIÓN

Aquí afinamos los gestos de la fuerza del tigre, aprendemos a generar otra sensibilidad para que la fuerza se reparta con precisión en el movimiento, sin desperdicio.

A nivel financiero definimos objetivos y aprendemos sobre el manejo de las deudas

CUERPO	MENTE	DINERO
• Integración de brazos al Baduanjin y QiGong • Fuerzas internas entre músculos y tendones • Fascia y bioelectricidad • Precisión en isométricos musculares	• Sutras de Patanjali 1	• Objetivos financieros claros • Manejo inteligente de la deuda

MES 2 · ENCUENTRO VIRTUAL 13 MARZO

Cuerpo de serpiente

FLEXIBILIDAD

El movimiento nace en la cadera y sube por la columna como una ola.

A nivel financiero comenzamos a entender la relación entre el cuerpo y las finanzas, aquí vemos por qué tragas saliva cuando pierdes dinero.

CUERPO	MENTE	DINERO
• Usar el peso a favor en el movimiento • El serpenteo de la cadera a la columna - libertad • Posturas madre del yoga • Auto -terapia para la columna	• Cuándo hacer QiGong y cuándo hacer pranayama • Segundo nivel de relajación interna – mente sensorial	• Tu número dorado: cuánto necesitas para vivir sin depender de un salario • Los cuatro apoyos de tu estrategia financiera • Aversión a la pérdida y sesgos al invertir

Escamas de pez

PERSEVERANCIA

Aquí aprendemos la parte estructural de toda nuestra vitalidad con prácticas estáticas de Kung Fu (Iron Shirt)

A nivel financiero vamos viendo cómo armar una estrategia para invertir, entendiendo los tipos de interés..

CUERPO	MENTE	DINERO
• Iron Shirt, el Qi Gong de la estructura interna • La postura como punto óptimo (asana como mudra) • Tu primera práctica integrada	• Órganos yin y yang • Acción consciente • Fisiología vs Estructura	• Tipos de interés: cosas buenas y malas

MES 3 · 17 ABRIL

Cabeza de camello

RESISTENCIA

Desde aquí el proceso sigue siendo físico, pero adquiere un trasfondo mental.

El cuerpo se vuelve un gimnasio psicológico

Sostener sin reaccionar: la pausa como fuente de fuerza.

CUERPO	MENTE	DINERO
• Secuencias sostenidas de Qi Gong y Yoga • QiGong - Condensación y trabajo con el Tan Tien, cómo nutrir los órganos • Tai Chi – estructura en el movimiento	• De la forma a la función: del asana al pranayama • Patanjali 2: Estados de la mente y tipos de vibración mental • Tercer nivel de relajación interna – Sistema nervioso	• Tipos de inversión y tu perfil de inversionista

MES 4 · 15 MAYO

Orejas de buey y ojos de conejo

ESCUCHA Y PERCEPCIÓN

Aquí profundizamos más, llevamos todo lo que sabemos hacia la abstracción sensorial para abrir la visión interna.

A nivel financiero aprendemos cómo proteger el patrimonio personal.

CUERPO	MENTE	DINERO
• Anclajes y fuerzas internas vistas desde el ojo interno. • Pratyahara – de la piel hacia adentro • Alquimia interna	• Pratyahara y meditación • Sistema nervioso aferente y eferente • De la concentración a la meditación • Cuarto nivel de relajación interna – libertad . • Etapas de vibración interna en la respiración.	• Patrimonio financiero: cómo construirlo y protegerlo

MES 5 · JUNIO 19

Astas de ciervo

DIRECCIÓN

La cumbre: integrar todo y practicar por tu cuenta, con rumbo propio.

CUERPO	MENTE	DINERO
• Autopráctica de QiGong y yoga • Práctica completa de Qi Gong • Práctica completa de yoga	• Devoción – la felicidad como herramienta • Meditación: precisión entre el cuerpo y las finanzas • Quinto nivel de relajación interna	• Tu estrategia financiera personalizada y su seguimiento

TU DRAGÓN PUEDE VOLAR

Lo que te llevas al terminar

- Cinco meses de práctica en vivo de yoga y Qi Gong
- Más de 100 horas de práctica y teoría grabadas.
- Una práctica propia, completa, que puedes sostener por tu cuenta
- Acceso al grupo de práctica de YoGong todos los martes a las 6:30 pm, las clases se graban.
- Herramientas de QiGong, Kung fu y yoga para regular tu sistema nervioso y fortalecer tu vitalidad.
- Una estrategia financiera personalizada para tu vida

AL FINAL, SABRÁS CÓMO DARLE VUELO A TU DRAGÓN

De febrero a junio de 2027

+100 horas grabadas que puedes repetir todo el 2027

CLASE VIRTUAL TODOS LOS MARTES A LAS 6:30 PM (HORA COLOMBIA)

Early Bird – Antes del 15 de diciembre:

487 USD

Precio normal

717 USD

Escríbeme por Instagram a @aryaman80 para reservar tu cupo.

Instagram @aryaman80