

# DOBLE TITULACIÓN

MÁSTER EN EXPERTO EN REIKI

+

MÁSTER EXPERTO EN COACHING  
DEPORTIVO

**INSTITUTODYN**  
DIETÉTICA, NUTRICIÓN Y SALUD

DYM018

- DIPLOMA AUTENTIFICADO POR NOTARIO EUROPEO -



## DESTINATARIOS

Este conjunto de materiales didácticos está dirigido a todas aquellas personas que pretendan adquirir conocimientos sobre el sistema óseo, fisiología muscular, Reiki y coaching deportivo.

A través del conjunto de materiales didácticos disponibles, el alumno conocerá las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento, la morfología y fisiología del esqueleto, la fisiología muscular, e incluso el concepto de Reiki ho así como su historia. También ampliará sus conocimientos respecto el coaching deportivo, revisando el concepto de coaching y sus orígenes, el papel del coach, el protagonista del proceso el coachee, las disciplinas del coaching y la práctica, entre otros.

En ambas modalidades el alumno recibirá acceso a un curso inicial donde encontrará información sobre la metodología de aprendizaje, la titulación que recibirá, el funcionamiento del Campus Virtual, qué hacer una vez el alumno haya finalizado e información sobre Grupo Esneca Formación. Además, el alumno dispondrá de un servicio de **clases en directo**.

## FICHA TÉCNICA

CARGA HORARIA  
600H



MODALIDAD  
MIXTO / ONLINE

\*Ambas modalidades incluyen módulos con clases en directo



CURSO INICIAL  
ONLINE



TUTORIAS  
PERSONALIZADAS



IDIOMA  
CASTELLANO



DURACIÓN  
HASTA UN AÑO  
\*Prorrogable



## IMPORTE

VALOR ORIGINAL: 2380€  
VALOR ACTUAL: 595€

## CERTIFICACIÓN OBTENIDA

---

Una vez finalizados los estudios y superadas las pruebas de evaluación, el alumno recibirá un diploma que certifica el “**MÁSTER EN EXPERTO EN REIKI + MÁSTER EXPERTO EN COACHING DEPORTIVO**”, de INSTITUTO DYN, avalada por nuestra condición de socios de la AEC y CECAP, máximas instituciones españolas en formación y de calidad.

Los diplomas, además, llevan el sello de Notario Europeo, que da fe de la validez, contenidos y autenticidad del título a nivel nacional e internacional.

## REDES SOCIALES

---

- |   |   |
|---|---|
|  <a href="http://www.facebook.com/institutoDYN">www.facebook.com/institutoDYN</a> |  <a href="https://linkedin.com/school/institutodyn">linkedin.com/school/institutodyn</a> |
|  <a href="https://www.instagram.com/instituto_dyn">@instituto_dyn</a>             |  <a href="http://www.institutodyn.com">www.institutodyn.com</a>                          |
|  <a href="https://www.twitter.com/institutodyn">www.twitter.com/institutodyn</a>  |  <a href="http://www.institutodyn.com/blog">www.institutodyn.com/blog</a>                |

# CONTENIDO FORMATIVO

---

## PARTE 1. REIKI

### UNIDAD DIDÁCTICA 1. BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL MOVIMIENTO

1. Introducción a la fisioterapia
  - Mecánica del movimiento
2. Fundamentos anatómicos del movimiento
  - Planos, ejes y articulaciones
  - Fisiología del movimiento
  - Preparación y gasto de la energía

### UNIDAD DIDÁCTICA 2. SISTEMA ÓSEO

1. Morfología
2. Fisiología
3. División del esqueleto
4. Desarrollo óseo
5. Sistema óseo
  - Columna vertebral
  - Tronco
  - Extremidades
  - Cartílagos
  - Esqueleto apendicular
6. Articulaciones y movimiento
  - Articulación Tibio Tarsiana o Tibio Peroneo Astragalina
  - Articulación de la rodilla
  - Articulación coxo femoral
  - Articulación escapulo humeral

### UNIDAD DIDÁCTICA 3. FISIOLÓGÍA MUSCULAR

1. Introducción
2. Tejido muscular
3. Clasificación muscular
4. Acciones musculares
5. Ligamentos
6. Musculatura dorsal
7. Tendones

### UNIDAD DIDÁCTICA 4. REIKI, NIVEL I SHODHEN I

1. Introducción a Reiki ho
  - ¿Qué es Reiki ho?
  - Fundamentos de Reiki ho
  - ¿Qué es la sanación? Propósito de la sanación
  - Estructura de Reiki ho
  - Síntesis de Gendai Reiki ho. Linaje y política de seminarios y seguimientos
  - Sintonizaciones
2. Historia de Reiki ho
  - Sobre Mikao Usui Sensei, el fundador

- Historia de la Usui Reiki Ryoho Gakkai
  - Transmisión de Reiki en Japón y fuera de Japón
  - Evolución del Reiki occidental. Sistemas creados en occidente
3. Fundamentos básicos de la sanación Reiki
- Cómo utilizar las manos
  - Posiciones fijas del Reiki occidental y posiciones de Reiki tradicional japonés
  - Autotratamiento y tratamiento a los demás
  - Limpieza del Aura

## **UNIDAD DIDÁCTICA 5. REIKI, NIVEL I SHODHEN II**

1. Técnicas de Reiki Tradicional
- Shudan Reiki Ho / Renzoku Reiki ho (parrilla y maratón Reiki)
  - Reiki Mawashi (círculo Reiki)
  - Nentatsu ho (técnica para tratar hábitos)
  - Byosen (técnica de escaneo)
  - Reiji ho (técnica intuitiva)
2. Técnicas para purificar y verter Reiki
- Jakikiri Joka ho (técnica para cortar la energía negativa)
3. Sanación a animales y plantas
- Sanación a los animales
  - Sanación a las plantas
  - Otros usos
  - Cómo preparar agua con la energía Reiki
4. Técnica de autopurificación y autocrecimiento
- Kenyoku ho (autolimpieza energética)
  - Hikari no Kokyu ho (respiración luminosa)
  - Respiración Gassho
  - Ducha Reiki
  - Chakra Kassei Giho

## **UNIDAD DIDÁCTICA 6. REIKI, NIVEL II OKUDEN I**

1. Símbolos y Kotodamas
- Introducción a los símbolos en Reiki
  - Formas de los símbolos y sus Kotodamas
  - Funciones y usos de cada símbolo, y su utilidad en la sanación
  - Relación entre las personas y los símbolos
2. Sanación trascendiendo el tiempo y el espacio
- Sanación a distancia
  - Sanación al pasado
  - Purificación de Karma y Traumas
  - Revivir momentos felices del pasado
  - Sanación al futuro

## **UNIDAD DIDÁCTICA 7. REIKI, NIVEL II OKUDEN II**

1. Técnicas complementarias de Reiki
- Caja y cuaderno de Reiki
  - Reprogramación
  - Aterrizaje de la energía
2. Técnicas tradicionales de sanación
- Tanden Chiryō ho (técnica de desintoxicación)
  - Koki ho / Gyoshi ho (técnicas de soplo y mirada)
  - Heso Chiryō ho (tratamiento del ombligo)

- Seiheki Chiryō ho (técnica para enviar mensajes al subconsciente)
  - Otras técnicas
  - Práctica de sanación general de Reiki Ryōho Tradicional
  - Técnicas de purificación de la sangre
3. Técnicas de autopurificación y autodesarrollo
- Hasurei ho (técnica de meditación)
  - Jiko Joka (autosanación)
  - Jiko no saibo ni hikari wo okuru

## **UNIDAD DIDÁCTICA 8. REIKI, NIVEL III SHINPIDEN I**

1. Introducción al Nivel III de Reiki
- El símbolo supremo de Reiki ho, el 4º símbolo (significado, función y usos)
2. Técnicas con el símbolo supremo
- Autopurificación con la Luz
  - Recibir guía del Ser Superior
  - Cómo conectarnos con la Alta Dimensión
  - Meditación Reiki
  - Técnicas de afirmaciones

## **UNIDAD DIDÁCTICA 9. REIKI, NIVEL III SHINPIDEN II**

1. Desde el uso de los símbolos a la superación
- Conocer la verdad sobre los símbolos
  - Pasos para superar los símbolos
2. La esencia de Reiki de Usui Sensei
- Guía para el Satori
3. Técnicas de autopurificación y crecimiento
- Respiración Hado
  - Meditación Hado
  - Sekizui joka ibuki ho
  - Romper bloqueos internos
  - Columnas de Luz
4. Técnicas de sanación tradicionales
- Entrenamiento solar
  - Tratamiento y respiración hado

## **UNIDAD DIDÁCTICA 10. REIKI, NIVEL VI GOKUIKAIDEN**

1. Introducción al nivel IV de Reiki, maestría
2. Puntos a tener en cuenta por los maestros de Reiki
- Simplicidad de Reiki ho
  - Los Maestros son para aprender juntos y crecer juntos
  - Calificación y el papel de los Maestros de Reiki
  - Significado de la palabra Maestro
  - Aprender y enseñar
  - Condiciones de los Maestros de Reiki
  - La manera de pensar en Gendai Reiki ho
  - Reconocimiento y comprensión sobre la sanación
  - Resumen de Reiki ho y sugerencias para la autorrealización
3. Las sintonizaciones
- Comprensión de las sintonizaciones
  - Comprensión de los símbolos y kotodamas
  - Cómo sintonizar
  - Reiju y autoreiju

4. Mikao Usui Sensei y la esencia de Reiki ho. El camino hacia el Satori
  - Cómo Usui Sensei alcanzó Reiki
  - Su política de enseñanza
5. Consejos para los maestros de Gendai Reiki ho
  - Sobre cómo vivir una vida en Reiki
  - Sobre la salud, enfermedad y sanación
  - La esencia de la energía Reiki

## **PARTE 2. COACHING DEPORTIVO**

### **MÓDULO 1. INTRODUCCIÓN AL COACHING**

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 1. COACHING: CONCEPTO, DISCIPLINA E HISTORIA**

1. El concepto de *coaching*
  - Origen etimológico
  - Definiciones
2. Historia del *coaching*
  - Orígenes filosóficos
  - Influencias de la Edad Moderna
  - Siglo XIX: Stuart Mill, Kierkegaard y Nietzsche
  - Corrientes del siglo XX
3. Diferencias entre el *coaching* y otras disciplinas
  - *Mentoring* vs. *Coaching*
  - Consultoría vs. *Coaching*
  - Tutoría vs. *Coaching*
  - *Feedback* vs. *Coaching*
  - Evaluación vs. *Coaching*
  - Terapia psicológica y psiquiátrica vs. *Coaching*

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 2. PERFIL DEL COACH**

1. Aptitudes
2. Errores más comunes del *coach*

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 3. COACHEE: EL PROTAGONISTA DEL PROCESO**

1. ¿Quién es el *coachee*?
  - Características del *coachee*
2. Aspectos sociales y cognitivos del *coachee*

#### **UNIDAD DIDÁCTICA 4. DISCIPLINAS DEL COACHING**

1. Disciplinas del *coaching*
  - Según el contenido
    - *Coaching* personal, de vida o *life coach*
    - *Coaching* ejecutivo o estratégico
    - *Coaching* empresarial
    - *Coaching* nutricional
    - *Coaching* deportivo o *personal training*
    - *Coaching* educativo, infantil y adolescente
    - *Coaching* familiar y de parejas
  - Según el método
    - *Coaching* sistémico
    - *Coaching* ontológico

- *Coaching* con inteligencia emocional
- *Coaching* coercitivo
- *Coaching* PNL
- *Coaching* cognitivo
- *Coaching Wingwave*®
- Según el modelo
  - Modelo anglosajón y/o estadounidense: *coaching* pragmático
  - Modelo sudamericano o chileno: *coaching* ontológico
  - Modelo europeo o continental: *coaching* humanista

## UNIDAD DIDÁCTICA 5. CÓDIGO ÉTICO Y DEONTOLÓGICO DEL COACHING

### 1. Consideraciones deontológicas y éticas del *coaching*

- Código ético y deontológico según la International Coach Federation
  - Normas del código deontológico de la ICF
  - Juramento de la ética profesional de la ICF
- Código ético y deontológico según la Asociación Española de Coaching
  - Código ético y deontológico
  - Responsabilidades del *coach*
  - Ámbito de aplicación
  - Estándares de conducta ética
  - Compromiso ético

## UNIDAD DIDÁCTICA 6. SESIONES DE COACHING

### 1. Soy *coach* ¿por dónde empiezo?

- Metodología

### 2. Desarrollo de una sesión de *coaching*

- Fase I: establecer la relación de *coaching*
  - Primera sesión de *coaching*
- Fase II: planificar la acción
- Fase III: el ciclo de *coaching*
- Fase IV: evaluación y seguimiento

### 3. Predisposición de avanzar del *coachee*

- Catalizadores de avances
- Catalizadores paralizantes
- Aprendizaje en el *coaching*
  - Niveles de aprendizaje

### 4. Fin del proceso de *coaching*

- ¿Cuándo derivar a un psicólogo o a un psiquiatra?

## MÓDULO 2. APLICACIÓN DEL COACHING AL DEPORTE

## UNIDAD DIDÁCTICA 7. INTRODUCCIÓN AL COACHING DEPORTIVO

### 1. ¿Qué es el *coaching* deportivo?

- Beneficios
- Orígenes

### 2. Perfil del *coach* deportivo

- Cualidades y habilidades
  - Liderazgo



## UNIDAD DIDÁCTICA 8. VALORES Y ACTITUDES EN EL DEPORTE

1. Comunicación
2. Grupo, equipo y cohesión
3. Motivación
  - Motivación del logro y competitividad
4. Autoconfianza
5. Empatía
6. Deportividad

## UNIDAD DIDÁCTICA 9. PSICOLOGÍA DEL DEPORTE Y COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la psicología del deporte?
  - Funciones del psicólogo deportivo
    - Diferencias entre psicólogo del deporte y *coach* deportivo
    - Similitudes entre la psicología del deporte y el *coaching* deportivo
2. Personalidad en el deporte y el ejercicio físico
  - ¿Cómo se forma la personalidad?
  - Personalidad y deporte
3. Gestión de las emociones
  - ¿Qué son las emociones?
    - Tipos de emociones
  - Regulación emocional
  - Arousal, ansiedad y estrés
    - Estrés deportivo
4. *Flow* en el deporte
  - Alcanzar la sensación de flujo

## UNIDAD DIDÁCTICA 10. PNL APLICADA AL COACHING DEPORTIVO

1. ¿Qué es la programación neurolingüística?
  - PNL y deporte
2. Sistema representacional (Vakog)
3. Método WingWave®
4. Visualización
  - Tipos de visualización
5. *Feedback* y refuerzo
  - *Feedback* en el deporte
  - Principio de refuerzo

## SOLUCIONARIO

## BIBLIOGRAFÍA