

ENTRENAMIENTO AVANZADO PARA INSTRUCTORES

ONLINE EN VIVO

26 de Oct al 13 de Nov

Aprende a usar el poder de la respiración y darle a tus clientes
El Poder del Oxígeno



¿POR QUÉ ELEGIR EL ENTRENAMIENTO AVANZADO DE OXYGEN ADVANTAGE® PARA INSTRUCTORES?



Este es el más exhaustivo de los entrenamientos de Oxygen Advantage. Como entrenador, terapeuta, profesional de la salud o cualquiera que sea tu especialidad este entrenamiento te dará:

- El conjunto COMPLETO de habilidades necesarias para alcanzar y mantener la salud y transformar el rendimiento físico de tus clientes y estudiantes.
- La oportunidad de aprender en vivo con Instructores Master Certificados, entrenados por el mismo Patrick McKeown.
- Herramientas que aumentan tu potencial personal y profesional.
- La satisfacción que trae ver a tus clientes y estudiantes alcanzar RESULTADOS MEDIBLES

Incluye:

Acceso a entrenamientos online en vivo (valorados por USD\$995) más ingreso al portal de entrenamiento online con videos y presentaciones de apoyo para tus entrenamientos, material de marketing y los apoyos necesarios para comenzar a promocionar y conseguir nuevos clientes, estudiantes y/o pacientes.

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol

CERTIFÍCATE COMO INSTRUCTOR DE

OXYGEN DVANTAGE®

CREADO POR PATRICK MCKEOWN



¿QUÉ INCLUYE MI CERTIFICACIÓN?

En este entrenamiento aprenderás a enseñar protocolos científicamente comprobados y ejercicios de respiración que ayudarán a tus clientes y estudiantes a mejorar su desempeño físico, mental, emocional, su salud, su fuerza e incluso a mejorar su tiempo de recuperación después de una lesión. No necesitas ningún conocimiento o experiencia en breathwork. Puedes completar el entrenamiento desde la comodidad de tu casa en solo unas semanas.

Este método ha sido desarrollado por Patrick McKeown, autor de libros Best-Seller a nivel mundial con casi 20 años de experiencia como investigador y entrenador. Obtén una comprensión profunda del método que Patrick ha desarrollado trabajando junto a los mejores expertos en el campo de la respiración. Aprende el método que le ha asegurado un lugar como uno de los líderes especializados en respiración más reconocidos en el mundo... y domina las técnicas que él usa todos los días con CEOs y altos ejecutivos de las más importantes compañías y con algunos de los mejores atletas élite del mundo.

Desde medallistas Olímpicos, jugadores de fútbol profesionales, ciclistas y corredores elite, luchadores de MMA, levantadores de pesas, atletas aficionados, hasta personas con problemas de diabétes, asma, estrés y ansiedad, presión arterial, apnea del sueño, insomnio, o que quieren reducir su peso (y muchas otras condiciones más). Patrick ha ayudado a gran rango de personas a mejorar su salud, su rendimiento físico y su calidad de vida.

Tus clases interactivas online serán dictadas vía Zoom. Todas las clases son grabadas y subidas al portal de entrenamiento online al que tendrás acceso permanentemente, junto a otros materiales y talleres dictados por el mismo Patrick y subtítulos en español (las traducciones están en proceso) y que puedes estudiar a tu propio ritmo y tiempo.

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



[oxygenadvantageespañol](#)

CÓMO PUEDO USAR ESTE ENTRENAMIENTO

El programa de Oxygen Advantage está basado en dos pilares:

- **Respiración Funcional**
- **Simulación de Entrenamiento en Altura**



La Respiración Funcional se ha comprobado que sirve para

- Mejorar la salud en general
- Rendimiento físico y resistencia
- Mejora la respiración durante las prácticas de Yoga
- Dolores de espalda, mejorar la postura corporal y fortalecer los músculos del núcleo del cuerpo
- TPEP, ansiedad, depresión y desórdenes de pánico
- Altos niveles de estrés y agitación mental
- Aumenta los niveles de energía y mejora el enfoque y la concentración
- Insomnio, ronquidos y apnea del sueño
- Fatiga y estado anímico
- Rinitis (nariz congestionada y alergias)
- Asma y bronco-constricción inducida por el ejercicio.
- Depresión, estrés, ansiedad y ataques de pánico, previniendo el uso de medicación psiquiátrica

Los ejercicios de simulación de entrenamiento en altura han demostrado funcionar para

- Retrasar la aparición del ácido láctico y la fatiga
- Mejorar la capacidad de realizar sprints repetitivos en equipos deportivos como fútbol y rugby.
- Fortalecer los músculos respiratorios
- Mejorar la capacidad aeróbica
- Incrementar la producción de EPO (eritropoyetina) de forma segura y legal
- Mejorar la economía y el tiempo de carrera
- Mejorar el rendimiento al nadar
- Mejorar el estrés oxidativo

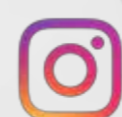
Diferénciate de los demás

La respiración se ha comenzado tomar realmente en serio a nivel científico y deportivo hace apenas 10 años y está creando una gran revolución en los países europeos y de habla inglesa. En habla hispana esto apenas comienza e incluir la respiración en el trabajo con tus pacientes y estudiantes te dará desde ya una gran ventaja y te diferenciará enormemente de los otros profesionales en tu campo.

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol

CONTENIDO DEL CURSO

CLASE ONLINE EN VIVO No. 1 26 oct 2020

- Introducción a Oxygen Advantage
- Detección de trastornos del patrón respiratorio en los deportes
- La relación entre patrones de respiración y movimiento funcional
- La ciencia de la fisiología respiratoria

CLASE ONLINE EN VIVO No. 2 29 oct 2020

- Aumento en la captación de oxígeno durante el reposo y el ejercicio físico
- Respiración nasal
- Respiración nasal durante el ejercicio físico
- Capacidad de respiración nasal durante el ejercicio
- Asma inducida por el ejercicio
- Abordando la broncoconstricción inducida por el ejercicio (BIE)
- Mejorar la calidad del sueño para la concentración y el desempeño

CLASE ONLINE EN VIVO No. 3 2 nov 2020

- Medición del BOLT (tiempo cómodo de apnea).
- Test de Máxima Retención (MBT)
- Entrenamiento hipóxico hipercápnico intermitente (EHHI)
- EHHI y la economía de carrera
- EHHI y la natación
- EHHI y el atletismo
- EHHI y los deportes de equipos

CLASE ONLINE EN VIVO No. 4 5 nov 2020

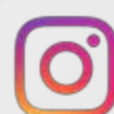
- Retrasar la aparición del ácido láctico y la fatiga
- Efectos a largo plazo de la retención de la respiración
- Aumentar la capacidad aeróbica

CONTINÚA >>>>

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol



CONTENIDO DEL CURSO

CLASE ONLINE EN VIVO No. 5 9 nov 2020

- Preparación pre-competición
- Oxygen Advantage® y el método Wim Hof
- Creatividad incrementada
- Programa basado en el puntaje BOLT, la edad y el estado de salud
- Adaptación de ejercicios para deportistas individuales
- Obstrucción nasal que provoca una fuerte falta de aire
- Formato de entrenamiento semana uno a semana cuatro en adelante

CLASE ONLINE EN VIVO No. 6 11 nov 2020

- Variabilidad de la frecuencia cardiaca
- Levantamiento de pesas
- Presión intra-abdominal
- Control del cuerpo
- Mejorar la fuerza de los músculos respiratorios
- Enseñando Oxygen Advantage®

CLASE ONLINE EN VIVO No. 7 13 nov 2020

- Entrar en la “Zona”
- Respiración sutil - Bioquímica
- Respiración sutil - Biomecánica
- Respiración sutil - Psicofisiológica
- Puntaje BOLT & MBT
- Respiración, Sueño y Emociones
- Aumentar en la sensibilidad de los baroreceptores reduce la quimiosensibilidad

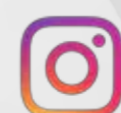
Cada clase es también práctica

En cada clase conocerás la ciencia detrás de cada técnica y ejercicio, los practicarás y sabrás cómo explicarlos y dirigirlos. También te diremos los protocolos según cada persona, su condición inicial y sus objetivos.

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol

CONOCE A TUS INSTRUCTORES

Entrénate con dos de los Instructores Máster de más experiencia en América Latina



LUCAS OSORIO

Lucas es el primer Instructor Master de Oxygen Advantage junto a su padre Antonio. En el 2008 tuvo la oportunidad de vivir en un templo Zen y esta experiencia convirtió esta práctica en el pilar de su vida y le abrió las puertas al mundo del potencial humano.

Después de años de práctica, entiende que la respiración es vital para la meditación, la salud y la vida en general.

Comienza a usar el método Buteyko de Respiración para complementar su práctica y comienza a sentir cambios significativos en su meditación y su salud. El lo explica así "Incluso con años de práctica de meditación, siento que no tenía ni idea de lo que era realmente meditar hasta que recuperé mi forma natural de respirar".

Decide ir un paso más adelante y descubre a Patrick y su método The Oxygen Advantage. Comienza a usarlo en su práctica, con sus estudiantes y ahora está dedicado casi al 100% en enseñarlo para tratar problemas de salud y entrenar a personas para mejorar su rendimiento físico en los deportes y la vida.



ANTONIO JOSÉ OSORIO

Antonio junto a su hijo Lucas, son los dos primeros instructores certificados de OXYGEN ADVANTAGE® y ahora Master Instructors en Colombia y en América Latina. Ha estado enseñando meditación y práctica de la atención plena durante los últimos 20 años.

Desde 1990 hasta el 2015 estudió y practicó meditación Zen con el maestro Zen francés Reitai Lemort. Realizó estudios y prácticas intensivas de Rebirthing y Biodanza. Ha hecho parte de las dos primeras ediciones del Breath Technique Training de Dani Mae, creadora de Breath Guidance.

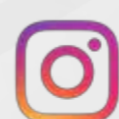
En los últimos años se ha dedicado a investigar, estudiar y profundizar todo lo relacionado con la ciencia y el alcance de la respiración, y su enorme poder para restablecer, equilibrar y mejorar la salud y sobre todo, el desempeño físico, mental y emocional de los seres humanos.

Antonio encontró en OXYGEN ADVANTAGE® de Patrick Mckeown, un método avanzado y revolucionario, pero a la vez muy sencillo y fácil de aplicar en la vida diaria de cualquier persona.

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



[oxygenadvantageespañol](https://www.instagram.com/oxygenadvantageespañol)

LO QUE DICEN ALREDEDOR DEL MUNDO DEL MÉTODO OXYGEN ADVANTAGE



ANDREW KACSOR

Tres veces medallista en el campeonato mundial de apnea libre, múltiple campeón mundial y batidor del record de retención en apnea libre.

“Como apneista de élite siempre he sido consciente de los beneficios de respirar correctamente. Este entrenamiento me inspiró a llevar este mensaje a mi familia, mis amigos y colegas... Muchos de ellos lograron reducir sus niveles de estrés e incluso ansiedad a través de una respiración correcta”.



CONNALLY MCKAY

Entrenador de Rugby, Texas

“Con el entrenamiento de Patrick y su método, son increíbles los incrementos que he experimentado en mi desempeño físico y en mi estado cardiovascular ¡Incluso teniendo 39 años de edad!

Sigo siendo un jugador activo de rugby en un club de alto nivel, y literalmente no me siento fatigado durante la temporada”.



JOEY WILLIAMS

Teniente de patrulla, entrenador y comandante SWAT, Berkeley, CA, USA

“Tomé el curso de entrenamiento como Instructor de Oxygen Advantage y no hay palabras para decir todo lo bueno que es! Los resultados en el acondicionamiento de mi equipo han sido excepcionales, . Si estas considerando tomar el curso, haste un favor y realiza el entrenamiento. Verás que es la mejor inversión en tu salud!”

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol

INFORMACIÓN DE PAGOS E INSCRIPCIONES

Cupos Disponibles:

8 cupos

Inversión:

USD\$995

Inscripciones hasta el
20 de octubre de 2020



Asegura tu cupo con USD\$250

**El dinero no es reembolsable. En caso de no poder hacer parte de la certificación, puedes usar este dinero como parte de pago de cualquier entrenamiento futuro dentro de los 4 meses siguientes al comienzo de este entrenamiento.*

Métodos de Pago:

Internacional

PayPal: lucasosoriob@gmail.com

Colombia

Bancolombia:
No. 857 759 258 80 Ahorros
Lucas Osorio

Davivienda:
No. 488 404 814 169 Ahorros
Antonio J. Osorio

Información

lucas@oxygenadvantage.com

+57 305 708 3229 - +57 316 395 8173



oxygenadvantageespañol