



CERTIFICACIÓN AVANZADA OXYGEN ADVANTAGE®

El programa de respiración Oxygen Advantage® incluye ejercicios de adaptación desarrollados en base a la ciencia detrás de la Respiración Óptima para mejorar la salud física y mental y mejorar el rendimiento deportivo.

Soy Diego PERASSI de Córdoba- Argentina, Instructor Maestro de Oxygen Advantage® e Instructor Certificado Nvl 2 del Wim Hof Method, músico y apasionado de los deportes extremos, especializado en llevar a cabo eventos grupales.

Luego de 5 años de aprender de los mejores Maestros y compartirlo en formato de entrenamientos con la respiración con mas de 2500 personas, hoy tengo el gran agrado de co-crear y contribuir con el primer curso de Formación de Instructores certificados de Oxygen Advantage® en Argentina y tengo el honor de poder expandir esta maravillosa escuela y red al resto de países de habla Hispana.

PORQUE DEBERÍAS UNIRTE AL OXYGEN ADVANTAGE®?

El entrenamiento con la respiración está en auge: salud, bienestar, deporte y optimización humana. Cada vez son más las personas que descubren sus beneficios. Y a medida que crece la consciencia, también crece la necesidad de instructores especializados.

Si trabajas con clientes como profesional de la salud o en algún área de los deportes, no hay mejor oportunidad que introducir el programa de Oxygen Advantage® entre tus herramientas!

Para aprender a restaurar la respiración funcional y apoyar el bienestar, el movimiento, el enfoque mental y la excelencia deportiva. Comprender cómo la respiración puede producir adaptaciones fisiológicas dentro del cuerpo. Adaptaciones que construyen resiliencia y promueven la longevidad.

Es simple, al alcance de todos y funciona!

Hoy en día Oxygen Advantage® cuenta con una red de +3000 instructores certificados en todo el mundo y solo una docena en habla hispana regados por el globo, siendo una excelente posibilidad para sumarse a bordo de esta nave que está justo



PROPÓSITO DEL CURSO

El propósito de la certificación Oxygen Advantage® es formar Instructores especializados en guiar a personas a optimizar su respiración y eliminar las barreras al rendimiento físico y mental.

Es un programa de formación profesional ideal para quienes se desempeñen en cualquier área que implique desbloquear el potencial de las personas.

Te desempeñarás como Coach en respiración, certificado y especializado en un tema que ES tendencia global. Podrás atender consultas privadas y seguimiento personalizado como también trabajar para equipos o empresas que requieran tus servicios.



PROCESO DE CERTIFICACIÓN

En el proceso posterior a la capacitación presencial intensiva de 3 días, se solicitará la presentación de 3 casos de estudio y luego completar un examen de 100 preguntas múltiple choice en el portal oficial de enseñanza [Oxygenadvantage.com](https://oxygenadvantage.com).

Posteriormente de las presentaciones de casos y el examen aprobado Ud recibirá un certificado de Instructor de Oxygen Advantage® junto con la licencia para el uso de la marca registrada, el material preexistente, uso de Logotipos y descuentos en productos de la tienda de OA.

Así comenzarás a trabajar aplicando los conocimientos a tu profesión o bien:



ofrecer Workshops OA grupales
presenciales o remoto



clases particulares
privadas



retiros intensivos propios
o de terceros

También tendrás acceso de por vida, sin costos adicionales, al portal de instructores donde hay + de 100 hs de material didáctico en video para seguir aprendiendo y un sistema de capacitación continua y en constante actualización, sobre los más variados temas y áreas en relación a la Respiración para expandirse aún más!



Acceso a Masterclases exclusivas sobre:

Respiración femenina, Respiración para yoga, Respiración para equipos deportivos, Respiración para enfoque mental y muchas más!

Además el acceso al mismo contenido dictado en las clases presenciales grabado en video por Patrick McKeown, subtítulos en español.

Las biografías y contactos de los graduados serán publicados en el portal global www.oxygenadvantage.com y se proporcionará un manual de Instructor en Español para guiar paso a paso los ejercicios en tus sesiones o presentaciones.



BONUS



▪ Tendrás el soporte y acceso a consultas directo con Diego Perassi y acceso a los grupos de Facebook para consultas con la inteligencia colectiva de la red de instructores global.



▪ Clase de refresco y OA en vivo x videollamada trimestrales en español



▪ Acceso a clases de refresco mensuales por Patrick McKeown!! -inglés-



▪ Grupos de consulta global!

PROGRAMA DEL CURSO

DIA 1

- Introducción a Oxygen Advantage®
- Examen de los trastornos del patrón respiratorio en el deporte
- La relación entre los patrones de respiración y el movimiento funcional
- Ciencia de la fisiología respiratoria
- Aplicaciones prácticas de la técnica Oxygen Advantage®
- Aumento del consumo de oxígeno en reposo y durante el ejercicio físico
- Respiración nasal
- Respiración nasal durante el ejercicio físico
- Asma inducida por el ejercicio
- Mejorar la calidad del sueño para la concentración y el rendimiento

DIA 2

- Medición de BOLT (tiempo de contención de la respiración confortable)
- Prueba máxima de contención de la respiración (MBT)
- Entrenamiento hipóxico hipercápnico intermitente

- Entrenamiento hipóxico hipercápnico intermitente y deportes de equipo
- Aplicaciones prácticas de la técnica Oxygen Advantage®
- Retraso en la aparición de la fatiga y formación de ácido láctico
- Efectos a largo plazo de contener la respiración
- Aumento de la capacidad aeróbica
- Aplicaciones prácticas de la técnica Oxygen Advantage®
- Preparación previa a la competencia
- Oxygen Advantage® y el Método Wim Hof
- Adaptación de ejercicios a atletas individuales.
- Formato de entrenamiento de la semana uno a la semana cuatro

DIA 3

- Variabilidad del ritmo cardíaco
- Presión intraabdominal
- Mejorar la fuerza de los músculos respiratorios
- Enseñanza de la técnica Oxygen Advantage®
- Dejarse llevar, FLOW STATE

El entrenamiento Oxygen Advantage® se compone de la respiración funcional y la simulación del entrenamiento a gran altitud.

Se ha demostrado que la respiración funcional ayuda a:

- Salud general
- Rendimiento y resistencia al ejercicio
- Respiración durante el yoga
- Dolor lumbar, postura y fuerza muscular central.
- Trastorno de estrés postraumático, ansiedad, depresión y trastorno de pánico
- Alto estrés y agitación mental.
- Energía, enfoque y concentración.
- Insomnio y ronquidos
- Fatiga y estado de ánimo
- Rinitis (congestión nasal)
- Asma y broncoconstricción inducida por el ejercicio
- Control de diabetes y epilepsia



Se ha demostrado que los ejercicios de respiración de simulación a gran altitud ayudan a:

- Retraso en la aparición de la fatiga y formación de ácido láctico
- Mejora en la capacidad de piques repetidos en deportes de equipo como el fútbol.
- Mejora en la fuerza de los músculos respiratorios
- Mejora en la capacidad aeróbica
- Aumenta la producción de EPO (eritropoyetina) de forma segura y legal
- Economía de carrera y tiempo de carrera mejorados
- Mejora en el rendimiento de natación.
- Reducción del estrés oxidativo



LUGAR Y HORARIOS

El encuentro se desarrollará en EL SUM, av Liniers 1988, Tigre BS AS - Argentina en los días

16 de Diciembre de 10 a 17 hs

17 de Diciembre de 9 a 17 hs

18 de Diciembre de 9 a 17hs



VALOR de la INVERSIÓN

FORMACIÓN DE INSTRUCTOR CERTIFICADO + LICENCIA ÚNICA

U\$ 795 a pagar hasta en dos cuotas con cualquier tarjeta de crédito o débito.



PORQUE CERTIFICARSE COMO INSTRUCTOR DE OXYGEN ADVANTAGE®

Hace unos años la revista Vogue llamó a la Breathwork "el nuevo Yoga". Las búsquedas en Google de la palabra Breathwork han aumentado un 900 % en cinco años, la pandemia trajo conciencia respiratoria a millones de personas en el mundo y el Oxygen Advantage® es un entrenamiento comprobado y respaldado por la ciencia para Optimizarla.

Es un programa de formación profesional ideal para quienes se desempeñen en cualquier área que implique desbloquear el potencial de las personas.



NO HAY MEJOR MOMENTO QUE AHORA PARA CONVERTIRSE EN UN INSTRUCTOR CERTIFICADO DE OXYGEN ADVANTAGE®!!

CUPOS LIMITADOS