



## **Certifícate en la metodología Oxygen Advantage®**

*El método Oxygen Advantage® es líder mundial en respiración para el cuerpo, la mente y el deporte.*

Mi nombre es Matias Bussi y soy especialista en rendimiento humano, instructor maestro de Oxygen Advantage® y Westside Barbell certified special strengths coach. Con más de 16 años de experiencia en entrenamiento de individuos de todos los niveles, desde oficinistas a atletas de nivel olímpico.

Toda mi vida me la pase vinculado al movimiento a partir de diferentes deportes sin tener idea de la importancia de una respiración funcional. A partir de sufrir múltiples y severas lesiones en mi tabique nasal descubrí a la fuerza la importancia de una respiración funcional. A través de mi pasión por aprender y perfeccionarme en mi rol de entrenador y educador descubrí a Patrick McKeown.

El solo hecho de leer su libro “El Poder del Oxígeno” me hizo cambiar mi vida. Por eso decidí convertirme en instructor y llevar su metodología a la mayor cantidad de personas posibles con el propósito de empoderarlas a partir de la respiración.

## **¿Qué es el método Oxygen Advantage®?**

Aunque normalmente al hablar de respiración pensamos en meditación y Yoga, Oxygen Advantage® es distinto. Este es un método científicamente comprobado para mejorar la salud y el desempeño humano. OA se basa en mejorar nuestra respiración del día a día momento a momento. Lo que se busca es restaurar nuestros patrones respiratorios a lo que se denomina respiración funcional. Es decir, respirar de acuerdo a la demanda de energía que tiene mi cuerpo.

El método tiene en cuenta las tres dimensiones que la ciencia normalmente observa al estudiar la respiración: la bioquímica (como tu respiración afecta la química de tu cuerpo), la biomecánica (el funcionamiento de los músculos respiratorios) y la psicofisiológica (como tu respiración afecta tu sistema nervioso, es decir, tus emociones).

**El método se compone de 2 pilares:**

1. El entrenamiento en patrones de respiración funcional
2. Simulación de entrenamiento en altura.

Esto nos da un método muy completo y una base de conocimiento universal que podemos aplicar a cualquier tipo de persona



## **PROPÓSITO DEL CURSO**

El propósito de la certificación Oxygen Advantage® es formar Instructores especializados en guiar a personas a optimizar su respiración para alcanzar nuevos niveles de 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. La respiración interviene en todas las facetas del ser humano.

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.

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 o 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 Masterclass 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, subtulado en español.

Las biografías y contactos de los graduados serán publicados en el portal global [www.oxygenadvantage.com](http://www.oxygenadvantage.com) para que tus próximos clientes puedan encontrarte fácilmente.

## **BONUS**

- Tendrás el soporte y acceso a consultas directo con Matias Bussi 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!! (en Inglés)
- Grupos de consulta global!

Una comunidad mundial de entusiastas de la respiración.

## **Que aprenderás al certificarte con Oxygen Advantage®:**

- Introducción a Oxygen Advantage®
- Ciencia de la fisiología respiratoria
- Aplicaciones prácticas de la técnica Oxygen Advantage®
- Identifica patrones disfuncionales de respiración en tu día a día y aprende cómo corregirlos.
- Medición de BOLT (tiempo de contención de la respiración comfortable)
- Prueba máxima de contención de la respiración (MBT)
- La relación entre los patrones de respiración y el movimiento funcional
- A mejorar el rendimiento físico, la salud cardiovascular y el sueño para un mejor rendimiento en el día a día.
- A incrementar la energía, la calma y la concentración. A mejorar tu respuesta a situaciones de estrés.
- A reducir la sensación de falta de aire durante el día a día, el entrenamiento y la competencia.
- A reducir el riesgo de lesiones en el día a día y durante el ejercicio físico.
- Beneficios de la respiración nasal
- Aplicaciones prácticas de la técnica Oxygen Advantage®
- Entrenamiento hipóxico hipercápnico intermitente
- Entrenamiento hipóxico hipercápnico intermitente y deportes de equipo
- Retraso en la aparición de la fatiga y formación de
- ácido láctico
- Aumento de la capacidad aeróbica
- Preparación previa a la competencia en la altura
- Adaptación de ejercicios a atletas individuales.
- Variabilidad del ritmo cardíaco
- Mejorar la fuerza de los músculos respiratorios
- Flow states

## **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®!!**

### **LUGAR Y HORARIOS**

Las clases serán dictadas por zoom y grabadas para verlas en caso de que no puedas asistir al vivo.

- Clase 1: 24 de Octubre 17hs Argentina
- Clase 2: 26 de Octubre 17hs Argentina
- Clase 3: 31 de Octubre 17hs Argentina
- Clase 4: 2 de Noviembre 17hs Argentina
- Clase 5: 7 de Noviembre 17hs Argentina
- Clase 6: 9 de Noviembre 17hs Argentina
- Clase 7: 14 de Noviembre 17hs Argentina

### **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.

CUPOS LIMITADOS