



# CERTIFICACIÓN AVANZADA ONLINE EN VIVO DE OXYGEN ADVANTAGE™ EN ESPAÑOL

**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 cursos 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 por despegar!



## 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 por Zoom, 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  
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](http://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!! -en inglés traducidas al español-



Grupos de consulta global!

## PROGRAMA DEL CURSO

- 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
- 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
- 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 HORARIO:

- Dia 1: 23 de noviembre / 10hs a 17hs (ARG UTM -3) (America/ Argentina/Cordoba)
- Dia 2: 24 de noviembre / 10hs a 17hs (ARG UTM -3) (America/ Argentina/Cordoba)
- El Sum, Av. Liniers 1988, Tigre, Bs As, B1648, Argentina



## VALOR de la INVERSIÓN

FORMACIÓN DE INSTRUCTOR CERTIFICADO + LICENCIA ÚNICA

U\$ 995 a pagar hasta en dos cuotas con cualquier tarjeta de crédito o débito.

\*para Argentina pagando con tarjeta de crédito/debito la conversión de moneda es al valor Dolar Oficial.



## 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**