



nico.
sar)?

METTABREATH® INSTRUCTOR TRAINING

Formación intensiva 3 Meses



ibf INTERNATIONAL
BREATHWORK
FOUNDATION

ONLINE & PRESENCIAL





¿Quieres ser Instructor de breathwork METTABREATH ?

METTABREATH® de Escuela Metta desde 2012 más de 500 alumnos y más de 3500 sesiones.



Sabes que este es tu momento. Ya sea para dar un servicio al mundo o porque deseas evolucionar, es la hora.

Es el paso que te va a llevar a poder vivir de tus terapias, somos la primera escuela que fusiona Breathwork, sonido, neurociencia de las emociones y liberación del trauma junto al biohacking y el icebath, en un revolucionario y único método patentado que está transformando miles de vidas y cuenta con un gran equipo de instructores formados, cada uno con historias de éxito personal y económico extraordinarias.

Si estás en búsqueda de un proceso profundo de transformación personal, eres terapeuta, coach, profesor de yoga, entrenador personal, o profesional holístico de cualquier sector y tu propósito es guiar a otros a liberarse de la procrastinación, el trauma, las heridas emocionales y vivir una transformación profunda, esta certificación es para ti



- ⊕ **Necesitas ganar seguridad** y reprogramar tu síndrome del impostor en tus habilidades terapéuticas
- ⊕ **Ves a otros terapeutas con éxito** y no puedes evitar pensar que desearías estar ahí.
- ⊕ **Tu terapia no engancha:** los clientes hacen una sesión, pero se van sin terminar el proceso y no te recomiendan
- ⊕ **Te asusta** no estar preparado para ayudar a tus clientes en sus heridas y bloqueos profundos.
- ⊕ **Necesitas un método de sanación** con un sistema claro de paso a paso para que tus clientes salgan de la procrastinación y se comprometan 100% con la terapia
- ⊕ **Sientes que tu misión** de vida está unida a las terapias holísticas, y sueñas con sentirte realizada profesionalmente y vivir en plenitud.



Qué te llevas como INSTRUCTOR METTABREATH® CERTIFICADO



- Y al final del programa...
 - 🔥 RETIRO PRESENCIAL de 4 días: "INSTRUCTOR TRAINING"
 - Un encuentro poderoso para romper y reprogramar las creencias que han estado limitando tu vida, tu abundancia y tu liderazgo.
 - Este camino no es solo para que aprendas a sostener procesos profundos en otros, es para que te transformes tú, te valides tú, y finalmente te atrevas a vivir desde tu poder interior.
 - 🌱 Fideliza clientes. Crea casos de éxito. Y convierte en el terapeuta que sabes que viniste a ser.
- ✨ Guiar sesiones de breathwork tan profundas que liberen traumas emocionales anclados en el cuerpo y el alma.
 - Pero además con una método único y sistema de pasos para lograrlo, mientras creces tú también, rompiendo tus propios bloqueos internos.
 - 💎 Bienvenida al programa METTABREATH®
 - Un viaje de 12 semanas para convertirte en Instructor METTABREATH®
 - 🔥 ¿Qué incluye este viaje?
 - 🧠 Comprende la neurociencia de la respiración y aprende a inducir estados de conciencia expandida (ondas cerebrales, flow, trance).
 - 🗣️ Aprende a guiar sesiones de breathwork para liberar traumas emocionales.
 - ❄️ Baño de hielo + breathwork: Guía sesiones de alto impacto físico, mental y emocional.
 - 💔 Especialízate en las 5 heridas de la infancia: Abandono, Rechazo, Humillación, Traición, Injusticia.
 - 🩹 Técnicas somáticas para acompañar y sostener emocionalmente procesos intensos.
 - 🎧 Sonoterapia avanzada: Usa sonidos binaurales, 8D isocrónicos, frecuencias solfeggio, e instrumentos vibracionales (cuencos, gongs, diapasones, tambor chamánico).
 - 📁 Playlists listas para tus sesiones METTABREATH®.
 - 💎 Reprograma tus propias creencias limitantes y rompe con el síndrome del terapeuta impostor.
 - 📖 Acompaña procesos de auto indagación emocional, energética y espiritual.



TEMARIO NIVEL 1 Y 2



NEUROCIENCIA DEL BREATHWORK

De este bloque te llevarás:

- Neurociencia del breathwork aplicada a la sanación en las sesiones.
- Teoría polivagal y sistema nervioso
- Ondas cerebrales e hipnorespiración: Alpha, Theta, Gamma, etc
- Los diferentes niveles de consciencia y como elevarlos en las sesiones.
- Reprogramación de creencias limitantes.



SONIDO Y FRECUENCIAS ALTA VIBRACION

De este bloque te llevarás:

- Descubre como el sonido afecta a la mente subconsciente y crea playlists de alta vibración.
- Kit de música lista para su uso en las sesiones METTABREATH®
- Uso de instrumentos vibracionales: diapasones, cuencos de metal y cuarzo, gong y tambor.
- Sonido binaural, isocronico, 8D y solfeggios de sanación



BREATHWORK Y TRAUMA Emocional

De este bloque te llevarás:

- Acompañar sin dirigir, activa el auto sanador interno de la mente subconsciente.
- Herramientas somáticas para trabajar la liberación de traumas
- Entiende como hackear el sistema nervioso y qué tiene que ver todo eso con la respiración.
- Como activar la liberación de energía de trauma de las heridas de infancia: Abandono, rechazo, traición, humillación e injusticia.

TEMARIO NIVEL 2 Y 3



PROTOCOLO METTABREATH® M.O.E

En este bloque te llevaras:

- Tests y protocolos para sesiones grupales e individuales, talleres etc.
- Programa de sesiones de 3 meses para el éxito de tus sesiones y fidelización de clientes.
- Programa METTABREATH® para inmersión en hielo (Icebath Experience).
- Dinámicas de integración para la liberación emocional.



BAÑO DE HIELO Y BIOHACKING

En este bloque te llevaras:

- Reto biohacking 21 días elimina toxinas y rejuvenece.
- Respiración funcional y patrones disfuncionales, ciencia de la respiración.
- Corregir los patrones disfuncionales, como respiración bucal, ronquidos, hiperventilación, asma, etc.
- Baños de hielo, primeros pasos y protocolos de seguridad.
- Breathwork METTABREATH® para baño de hielo.
- Como crear sesiones METTABREATH & ICEBATH.®



GUIA DEL INSTRUCTOR METTABREATH®

En este bloque te llevaras:

- Preparación del espacio y materiales, equipos sonido, bañeras hielo, etc.
- Enfoque de las sesiones y misión, como tematizar sesiones
- Limpieza energética del espacio, asistentes e instructor.
- El antes, durante y el post a un sesión.
- Aspectos legales y seguridad.
- Calculadora de retiros
- Base de datos plataformas de difusión
- Logos y apoyo marca y branding METTABREATH® creación del plan de marketing.

HOLISTIC
BUSINESS
PLAN

BONUS TOP



~~450€~~

INCLUIDO EN
EL PRECIO

Desde Escuela Metta no solo queremos que seas una gran instructora o terapeuta sino que puedas vivir de ello desde la prosperidad y la abundancia. Por eso incluimos esta formación sobre marketing y ventas para que puedas vivir de tu negocio holístico definitivamente.

+ VENTAS + PRECIO + BENEFICIO + COHERENCIA

Te llevarás los conocimientos necesarios para entender las claves que hagan despegar tu proyecto de una vez por todas y dejes de competir por precio.

¡SOMOS LA ÚNICA ESCUELA QUE TE DA
HERRAMIENTAS PARA RECUPERAR LA INVERSIÓN DE
TU FORMACIÓN!

BONUS EXTRA INCLUIDO!!

El mejor soporte que te podemos regalar, Holistic Bussiness plan, te damos la formación para que aprendas a estructurar tus sesiones y retiros creando tu oferta irresistible y tu primer embudo de ventas.

ADEMÁS, te damos apoyo de marca en nuestras redes sociales, uso de logos, email marketing y aparecerás en el directorio en nuestra web

Con Susana Dakini Fundadora

METTABREATH®

Desde 2012 más de 500 alumnos y más de 3500 sesiones.

"Por nuestra herida, entra también nuestra luz" despertando consciencia y devolviéndote tu soberanía personal, mostrándote que tu eres tu propio gurú y la respiración, el portal que conecta cuerpo-mente-alma

Agenda tu llamada



PLAZAS LIMITADAS



Y Silvia León formadora

METTABREATH

Biohacker, profesora de yoga, entrenadora personal y nutricionista.

Desde 2018 hackeando mentes, cuerpos y energía, desde una dura historia de superación personal, inspirando el cambio y la transformación, más allá de la pura biología y las creencias limitantes.

Agenda tu llamada

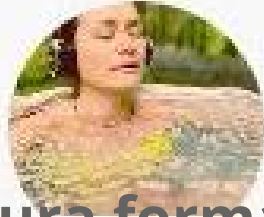


PLAZAS LIMITADAS



5K+





Estructura formación

- **Formación online 12 SEMANAS + retiro presencial de 4 días**
- **Sesión online semanal (cada martes 19,30h) en directo zoom que se sube al campus online donde tendrás siempre acceso para ir a tu ritmo.**
- **Campus online con materiales de estudio y prácticas.**
- **Retiro 100% practico con casos reales, dinámicas de profundización, teoría y práctica unidas.**
- **Tutoría individualizada.**
- **3 meses de acompañamiento post-formación**

Elige Fecha Formación

EDICIÓN OTOÑO/INIVERNO:

-INICIAMOS ONLINE SEPTIEMBRE Y EL RETIROPRESENCIAL EN NOVIEMBRE **26 AL 30 EN GUADALAJARA** Y DEL **22 AL 25 DE ENERO EN VALENCIA**

INICIAMOS ONLINE EN ENERO Y RETIRO PRESENCIAL DEL **12 AL 15 DE MARZO BARCELONA**

EDICIÓN PRIMAVERA:

INICIAMOS ONLINE EN MARZO Y RETIRO PRESENCIAL EN **MAYO DEL 28 AL 31**

Nos has visto en



Top Women talks



the festival of conscio sness



Preguntas Frecuentes

¿Qué diferencia nuestro método de otros?

Mettabreath es el primer método en España que fusiona Breathwork, sonido, neurociencia, liberación del trauma y biohacking, todo dentro de un método comprobado, que puedes seguir paso a paso y convertir las sesiones con tus clientes en casos de éxito y sanación profunda. Una formación donde ciencia y energía se dan la mano para tu evolución como profesional holístico.

¿Necesito tener experiencia previa?

Toda experiencia previa va a sumar a tu práctica, pero tranquilo, no necesitas tener experiencia previa antes de esta formación, ya que está diseñada, para que progresivamente vayas adquiriendo los conocimientos desde la primera sesión, explicado de manera sencilla y directa, con un protocolo de trabajo para sesiones grupales e individuales, un sistema que está diseñado para que tu cliente pueda completar un ciclo de breathwork de varias sesiones con fundamento y material didáctico para que puedas sentirte guiado al 100%. Durante el retiro presencial, cada día realizaras practicas reales y aprenderás todas las técnicas y dinámicas para preparar tus sesiones.

¿Puedo fraccionar el pago en cuotas mensuales?

Si, ante todo, nuestra filosofía es que el coste de la formación no sea un problema para ti, así que puedes optar por fraccionar el pago en varias cuotas mensuales, durante la llamada de admisión podrás elegir la opción más cómoda para ti.

¿Es posible tener ingresos recurrentes como INSTRUCTOR METTABREATH®?

Si, absolutamente, nuestros instructores salen de la formación capacitados para guiar sesiones profesionalmente, con una estrategia clara que se entrega en el BONUS online HOLISTIC BUSSINES PLAN, donde aprenderás como ofrecer tus sesiones, prepara tu branding de marca y crear tu primer embudo de venta online. Además, ofrecemos apoyo y soporte de marca para nuestros instructores en las redes sociales, email marketing y web de la escuela Metta, pudiendo anunciar tus sesiones en nuestras redes sociales.

¿Puedo formarme sin incluir la parte de baño de hielo?

Si, puedes certificarte hasta el NIVEL 2, que es el nivel e INSTRUCTOR de breathwork METTABREATH sin baño de hielo. La formación, tiene las mismas fechas y estructura pero sin la especialización de baño de hielo, durante el retiro presencial, las horas que tus compañeros estén en clase de baño de hielo, tu tendrás tiempo de descanso.

¿Preparado para dar el siguiente paso?

Al acabar tu formación como Instructor, estarás capacitado para comenzar a guiar sesiones grupales e individuales, crear experiencias de alto impacto y retiros de sanación

No pierdas el tiempo en múltiples formaciones que no te llevan a ningún sitio

Alcanza resultados rápidos y definitivos

Olvídate de la procrastinación, y pon un nuevo rumbo a tu vida.



Revoluciona tu enfoque sobre las terapias holísticas.
Adquiere habilidades para superar todas tus barreras emocionales y mentales, y así dar pasos de gigante para saber cómo acompañar a los demás en su transformación.

TE DAMOS FACILIDADES DE PAGO

VALOR REAL ~~2490€~~ AHORA TAN SOLO 1690€

Elige modalidad pago:

PAGO ÚNICO
1690€

Si reservas 2 meses
antes del inicio
formación online
paga solo 1590€

**Bonificación
de 100€**

PAGO EN

3 MESES ✓ 497€

6 MESES ✓ 248,50€

8 MESES ✓ 186,50€

MÁS INFO
717171699

Reserva tu plaza con tan solo 199€ (que se descuentan del total)
Coste de alojamiento y comidas del retiro son 380€ aparte



ibf
INTERNATIONAL
BREATH
FOUNDATION



METTA BREATH
ICEBATH INSTRUCTOR