

## ASOCIACIÓN MEXICANA DE YOGA IYENGAR A.C.

Atenas 1-1 interior Oficina B, col. San Álvaro, Alcaldía Azcapotzalco, CDMX. CP 02090  
RFC: AMY080922HLS

[consejoejecutivo@ami.org.mx](mailto:consejoejecutivo@ami.org.mx)

[www.ami.org.mx](http://www.ami.org.mx)



### Carta de Bienvenida – Taller con Abhijata Sridhar Iyengar

La Asociación Mexicana de Yoga Iyengar A.C. te da la más cordial bienvenida al taller con Abhijata, que se llevará a cabo en el Hotel Holiday Inn Trade Center Ciudad de México, del 13 al 17 de mayo de 2026.

**Te pedimos leer con atención esta información, ya que contiene la logística que deberás seguir durante el evento.**

**Si tienes alguna duda o inquietud, el equipo organizador estará a tus órdenes. Podrás reconocernos fácilmente por la camiseta del evento color verde claro.**

---

### Antes de tu llegada

Anticipa tu traslado, ya que la Ciudad de México tiene tránsito pesado. Evita llegar tarde estudiando la ruta y transporte con anticipación. El hotel cuenta con estacionamiento.

---

### Hospedaje

- El check-in en el hotel es de 13:00 a 14:00 hrs.
- Ten a la mano tu número de reserva.
- Si llegas antes del registro o con retraso, puedes resguardar tu equipaje en recepción y terminar tu check-in más tarde.

---

### Registro

- Inicia a partir de la 13:30 hrs.
- Ubica tu fila según la inicial de tu apellido.
- Ten contigo una identificación oficial.
- Se te colocará un brazalete que deberás portar todo el evento.
- Recibirás una playera conmemorativa (úsala el jueves para la foto grupal).
- Si rentaste props, podrás hacer ahí tu registro.



## ASOCIACIÓN MEXICANA DE YOGA IYENGAR A.C.

Atenas 1-1 interior Oficina B, col. San Álvaro, Alcaldía Azcapotzalco, CDMX. CP 02090  
RFC: AMY080922HLS

[consejoejecutivo@amyi.org.mx](mailto:consejoejecutivo@amyi.org.mx)

[www.amyi.org.mx](http://www.amyi.org.mx)



### Props requeridos

- 1 tapete
- 2 ladrillos
- Soportes para Sarvangasana (bases o mantas)
- 1 cinturón

### Renta de props

- Dirígete a la zona señalizada para props.
- Se te entregará un kit dejando tu identificación como garantía.
- Deberás devolverlo completo al finalizar; en caso contrario, se cobrará lo faltante.
- Si rentaste props, podrás hacer ahí tu registro.

### Ubicación de áreas

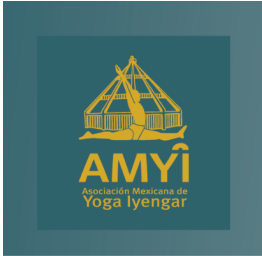
Identifica las áreas señalizadas:

- Salón de clases
- Racks de zapatos
- Comedor (lunch)
- Baños
- Mercadito
- Zona de foto grupal

Esto te ayudará a seguir el programa sin contratiempos.

### Alimentos

- El lunch será buffet vegetariano.
- Habrán pantallas con los horarios a la entrada del salón.



## ASOCIACIÓN MEXICANA DE YOGA IYENGAR A.C.

Atenas 1-1 interior Oficina B, col. San Álvaro, Alcaldía Azcapotzalco, CDMX. CP 02090  
RFC: AMY080922HLS

[consejoejecutivo@amyi.org.mx](mailto:consejoejecutivo@amyi.org.mx)

[www.amyi.org.mx](http://www.amyi.org.mx)



- Respetar los horarios establecidos en el programa.  
<https://www.amyi.org.mx/abhijata-iyengar-2026/> Habrán pantallas con los horarios a la entrada del salón.

---

### Foto grupal

- Se realizará el jueves 14 después de la primera clase y antes de la comida.
- Ubica previamente el lugar para agilizar la actividad.
- Lleva tu playera conmemorativa.

---

### Salón de clases

- Dejar tus zapatos en las mesas señalizadas antes de entrar.
- El acceso será 20 minutos antes de cada sesión (primer día desde 14:30 hrs).
- Respetar los espacios asignados.
- Ser puntual (llega al menos 15 min antes de la clase) y apaga tu celular.
- Cuando entre Abhijata, siéntate en tu lugar en silencio.
- No se permite tomar fotos ni grabar, más que a la persona asignada para hacerlo.

---

### Registro sesión especial para maestros

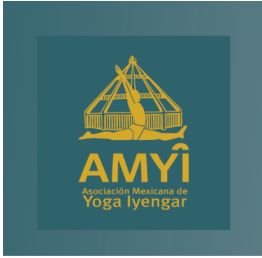
Habrará una sesión especial con Abhijata para maestros certificados Iyengar o en mentoría Iyengar.

**Confirma tu asistencia enviando correo a: [comiteevaluacion@amyi.org.mx](mailto:comiteevaluacion@amyi.org.mx) si estás en mentoría menciona quién es tu mentor.**

---

### Durante el taller

- Mantén tu kit de props ordenado.
- Al finalizar cada sesión, colócalo en las orillas del salón.



## ASOCIACIÓN MEXICANA DE YOGA IYENGAR A.C.

Atenas 1-1 interior Oficina B, col. San Álvaro, Alcaldía Azcapotzalco, CDMX. CP 02090  
RFC: AMY080922HLS

[consejoejecutivo@amyi.org.mx](mailto:consejoejecutivo@amyi.org.mx)

[www.amyi.org.mx](http://www.amyi.org.mx)



- No olvides objetos personales; el hotel no se hace responsable por pérdidas.

---

Nuestro objetivo es brindarte lo necesario para que disfrutes al máximo esta experiencia.

Si tienes dudas, estaremos atentos para ayudarte.

**Atentamente,**

Asociación de Yoga Iyengar México.