

Practicante de yoga desde hace 10 años y 5 años de experiencia como profesor. Enseñando con la intención de expandir la filosofía del yoga de la misma manera en que ha sido transmitida durante su estudio y práctica alrededor del mundo.

Especializado en la enseñanza de ashtanga vinyasa yoga con especial énfasis en alineación y ajuste de la postura de asana para asegurar la mejora de la práctica además de llevar al alumno de una forma segura más allá de los límites esperados. Atención en el aspecto psicológico del yoga ayudando a los alumnos a desarrollar su propia naturaleza, descubriendo su potencial y transformar su vida a través de la práctica. -

Conocimiento de un amplio abanico de ajustes y modificaciones con atención a la alineación y a la salud corporal durante la práctica. -

Conocimiento de yoga, incluyendo asana, pranayama, filosofía acorde al sistema de yoga desarrollado por Patanjali. -

Conecta con los estudiantes con paciencia y empatía que permite el entendimiento de las necesidades y capacidades de las personas.

### **Experiencia relevante:**

Centro de bienestar emocional SEN GLOBAL SALUD

-Profesor de yoga, clases dirigidas de hatha yoga

Escuela de danza Belen Novo, Oviedo – Noviembre 2016 – presente

-Profesor de yoga, clases dirigidas de hatha yoga.

E-yoga company, Beijing, China - Junio – Julio 2016

- Formación de profesores y clases privadas.

Tattvaa Yoga Shala Workshop en Tel Aviv, Israel

- Profesor asistente de yogui Kamal Singh
- Basado en la practica de Ashtanga vinyasa yoga.

Tattvaa Yoga Shala - Septiembre 2015 – Abril 2016

Profesor, asistente de profesor.

- Ashtanga Mysore y clase dirigida, con especial atención en ajustes y alineación.
- Asistiendo en la formación de profesores de Ashtanga yoga bajo el tutelaje de yogui Kamal Singh.
- Dirigiendo talleres y clases de ajustes para ayudar a desarrollar la práctica y habilidades de la enseñanza de los alumnos.
- Enseñando clases de pranayama para desarrollar técnica y práctica.

Merkhaba Asociación de profesores de yoga - Agosto 2015, Agosto 2014

Formador de profesores de yoga - Jaén, España

- Formador de profesores de yoga en curso de 200 horas enfocado en estilos Ashtanga y Sivananda
- Dirigiendo práctica de asana, clase de alineación, y organizando y dirigiendo actividades extras.

- Trabajando con estudiantes individualmente y en grupo para desarrollar su propia práctica personal y cultivar sus habilidades a la hora de enseñar.

Zen Samsara Yoga & Pilates Estudio - Septiembre 2014 - Julio 2015

Profesor de yoga Oviedo, España

- Clases dirigidas de Ashtanga Yoga para todos los niveles.

Sonia Blanco Escuela de Danza Octubre 2013 - Julio 2015

Profesor de yoga - Pola de Siero, España

- Enseñando Ashtanga yoga y Acroyoga.

Talleres de Acroyoga y masaje tailandés - Octubre 2013 - Abril 2015

Profesor de yoga, profesor de masaje tailandés. Varias localizaciones en España

- Guiando clases de Ashtanga yoga.
- Enseñando fundamentos y técnica de masaje tailandés y acroyoga.

Matala Yoga Sala Abril 2013 - Septiembre 2013

Profesor de yoga - Creta, Grecia.

- Clases dirigidas de Ashtanga Yoga.

Tattvaa Yoga Sala - Enero 2013 - Abril 2013

Ayudante de Yogui Kamal Singh - Rishikesh, India

- Asistir y enseñar Ashtanga Mysore y clase dirigida, con especial atención en ajustes de asanas y corrección de alineamiento.
- Enseñando en cursos de formación en ashtanga yoga y talleres.