

“Curriculum”

Nombre: Victoria Ambrós Domínguez.
e-mail: victoria@universoyoga.com
Web: www.universoyoga.com
Blog: www.universoyoga.com/destres



EXPEDIENTE ACADÉMICO:

- **Instructora de Hatha Yoga. Año 2002.** Titulada por la A.I.P.Y.S. (Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda). Curso realizado en el **Centro de Yoga Sananda de Vigo** teniendo como Maestro Mádhana, director del Centro de Yoga Sananda en Vigo, Fundador y Presidente de la A.I.P.Y.S. y reconocido maestro a nivel internacional. Discípulo y ayudante personal durante años de SWAMI VISHNU DEVANANDA.
 - **Asignaturas estudiadas:**
 - Anatomía para el movimiento.
 - Filosofía del Yoga y grandes Maestros.
 - Meditación.
 - Pedagogía de la enseñanza.
 - Adaptación y corrección posturales.
 - Asanas.
 - Pranayama (técnicas de respiración).
 - Técnicas de Relajación.
 - Yoga Integral
- **Instructora de Ashtanga Yoga: Año 2006** Titulada por la A.I.P.Y.S. (Asociación Internacional de Profesores de Yoga Sananda). Curso realizado en **YOGA CENTER** de Madrid teniendo como Maestro a Mádhana

Formación Continua:

- Curso de **Prevención de Estrés – Riesgos Psicosociales-** 2010 (100 horas) impartido por ISTAS (Instituto de Seguridad Laboral Trabajo e Higiene)
- **Curso de “Prevención de Estrés Laboral”-2009**, impartido por el Colegio de Psicólogos de Melilla (50horas).Con certificado de aprobado.
- **Técnicas de relajación y control de Estrés** En el año 2002 comienzan mis estudios, de la mano de uno de los expertos en la materia como es el **Profesor Amutio Kareaga** (profesor de la Universidad del País Vasco- Dpto. de Psicología Social y metodología de las Ciencias del Comportamiento).

- **Intensivo de Kundalini Yoga y Meditación** impartido por el Maestro **Sukadev** Director y fundador del Ashram **Yoga Vidya en Alemania** (1999, 2006 y 2009)
- **Intensivo de Hatha Yoga Rishikesh** impartido por la Maestra de Yoga **Narayani** (autora del libro “El nuevo libro del Yoga”) en el año 2000-2002, 2005 y 2006
- **Intensivo de Pilates:** Impartido por la profesora **Amari**, profesora certificada en Pilates.(2001)
- **Intensivo de Risoterapia y Kábala**, impartido por el Profesor **Mario Satz**, especialista en Risoterapia y profundo estudioso de la Kábala, además de gran escritor autor de numerosos libros.(2003 y 2005)
- **Intensivo de ViniYoga.** Impartido por la profesora **Nuria Crespo**, alumna y discípula de **T.K.V. Desikachar**, y Profesora de formación de de profesores de ETY-Viniyoga.
- **Intensivo de Anusara Yoga.** Impartido por **John Friend** creador del método **ANUSARA YOGA**, que tuvo lugar en Madrid en octubre 2005

Experiencia Profesional:

- ☞ **Septiembre 2010 - “VIII Congreso Internacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés” (S.E.A.S)** : asisto y participo de manera activa en él.
- ☞ Desde el año **2010** imparto clases de Yoga en: Clínica “**Fisionavia**”
- ☞ **Noviembre 2009- “Proyecto SIMMA (Síndrome de la mujer maltratada)** promovido por el Ayuntamiento de Vigo, Concellería de Igualdade. Impartiendo los siguientes talleres:
 - Técnicas de Relajación
 - Inteligencia Emocional
 - Gestión del Estrés.
- ☞ **Marzo 2009: “Curso de formación en Técnicas de Relajación”,** realizado en el Centro de Yoga Sananda- Vigo.
- ☞ **“VII Congreso Internacional de la Sociedad Española para el Estudio de la Ansiedad y el Estrés” (S.E.A.S) Septiembre 2008:** asisto y participo de manera activa en él.
- ☞ **Mayo 2008: “Gestión Eficaz del Tiempo”** 15 horas, curso impartido en el Contrato Programa Sectorial 2007- FEGA- Federación Gallega de Academias.

- ☞ **Diciembre 2007: “Curso de Gestión de Estrés”,** impartido en la empresa **Vitrasa** dentro del Programa de formación continua para sus trabajadores y financiado por la Fundación Tripartita.

- ☞ **Noviembre 2007 y 2008: “Seminario de Gestión de Estrés”** en el Centro de Yoga Sananda de Vigo, total 20 horas.

- ☞ **Febrero a Junio 2007: Curso de Gestión de Estrés:** 3 cursos impartidos en el marco de Contrato Programa Sectorial 2006 organizado por CECAP GALICIA- Marín, Vigo y Santiago de Compostela; 45 horas en total.

- ☞ Desde el año **2004 al 2010** impartí clases en el Centro de Yoga Sananda de Vigo tanto a grupo de principiantes (personas que por primera vez comienzan a practicar yoga) como a grupos de práctica avanzada.