



Lourdes Vidal

PERFIL

Jurista y Profesora Certificada de Yoga, Formadora de Profesores de Yoga. Fundadora de Oyoga, centro y escuela de formación de Yoga y Meditación. Más de 20 años de práctica, 16 años enseñando Yoga y Meditación y 13 años formando profesores de Yoga y meditación.

En mis formaciones y seminarios involucro siempre a profesionales de reconocido prestigio del mundo del Yoga y la Medicina.

Estudiosa de la anatomía, el movimiento del cuerpo, y su conexión con la mente. Amante de la filosofía.

Mi pasión es viajar y el Yoga.

FORMACIÓN

1991.- Licenciada en Derecho. Universidad de Sevilla.

2007- Yoga Siromani Teacher of Yoga. The International Sivananda Yoga Vedanta Centre. Yoga Vedanta Forest Academy. Nassau, The Bahamas.

2008-2010: Programas de nutrición y detox con Manu Dawson, en Sivananda Ashram Retreat, Paradise Island, The Bahamas.

2011.- Pregnancy Yoga Training Course. The International Sivananda Yoga Vedanta Centre. Yoga Vedanta Forest Academy. Nassau, The Bahamas.

2013.- Unnata Aerial Yoga. (Michelle Dortignac)

2013 a 2019.- Advanced Yoga Medicine Teacher Training Courses. USA, Londres y Bali. (Yogamedicine.com).

2016- Search Inside Yourself . Programa de Mindfulness y meditación de Google.

2017 a 2019.- Teacher Training Courses con Theyogimatt.com

2017.- 100 hr Bhakti Flow Yoga Leadership and Teacher Training Program. Bhakti Flow. San Francisco. Rusty Wells.

Contacto:

Sevilla, España.
619007736

lourdes.vidal@gmail.com

www.oyoga.eu

 lourdes.vidal3

 Oyoga_

 Oyogasevilla

 Oyoga

EXPERIENCIA

Desde 1995 soy jurista en la Administración Pública española, en Sevilla, he trabajado en la empresa privada y en la Unión Europea en Bruselas (Comisión Europea).

Desde 2004 enseño Yoga y desde 2008 soy Formadora de Profesores de Yoga.

En 2014 fundo Oyoga como Estudio y Escuela de Yoga en Sevilla. Imparto mi propia Formación de Profesores de Yoga cada año, e involucro a especialistas en medicina deportiva, traumatología y fisioterapia (la imparto en Sevilla, Granada y en ahora también online) He impartido formaciones con Matt Giordano el fundador de Theyogimatt.com.

Imparto regularmente talleres y seminarios de Mindfulness y Meditación a empresas y administraciones públicas, y también charlas de filosofía del Yoga y motivación en seminarios específicos y Formaciones. He participado como profesores de Yoga en retiros para españoles y americano, en España, Italia y Marruecos.

IDIOMAS:

Hablo Español e Inglés

Entiendo, leo y hablo Francés a un nivel bajo.