



CURRICULUM VITAE

DATOS PERSONALES

Nombre y apellidos: Susana de la Fuente

FORMACIÓN ACADÉMICA

- Profesora de Yoga y Meditación en la Clínica URBAN de León.

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Me inicio en el Yoga en el año 2009 y desde el primer contacto soy consciente del potencial transformador de su práctica. He transitado por diferentes tradiciones de Hatha Yoga (Vinyasa Krama, Viniyoga y Ananda Yoga) hasta formarme como profesora de Yoga Integral en la Escuela Mahashakti. Es este estilo, el Yoga Integral, el que constituye la base de mi enseñanza en la actualidad, al permitir el crecimiento equilibrado de los aspectos físico, mental y espiritual de los alumnos.

Como practicante de meditación, he recibido enseñanzas de Vipassana, Zen y Budismo tibetano. En la actualidad sigo enriqueciendo mi práctica en retiros y cursos, y por supuesto a través de mi práctica personal.

Deseo que las herramientas que nos ofrecen el Yoga y la Meditación permitan a los estudiantes de El Pupitre de Pilu evolucionar de manera armoniosa, ordenada y serena.