



Ajna Colominas

SWAMINI AJNA VAMADEVANANDA
MESTRA DE IOGA

Resum personal

Nascuda a l'Ashram Camp, una comunitat de practicants de Kriya Ioga, del llinatge de Swami Gushananda, a la Universitat Catalana de ioga. El ioga per ella és presència, estimació i consciència en cada petita acció del dia a dia.

Aptituds

- Formadora de Hatha Raja ioga
- Formadora d'Ashtanga ioga primera i segona sèrie.
- Professora de ioga.
- Reflexoterapeuta Podal
- Llicenciada en Biologia Sanitaria

Historial laboral

FORMADORA DE PROFESSORS DE IOGA

Desembre 2020 - actualitat a Aura Ioga Manresa

- Formadora de Hatha Ioga 3er i 4rt
- Formadora del Curs d'Aprofundiment en Ioga.
- Seminaris de Formació
- Retir Shatkarmes

DIRECTORA D'UN CENTRE DE IOGA

*Surya, escola de ioga
Juliol de 2020 a l'actualitat*

- Gestió i direcció de l'escola de ioga.
- Classes de hatha, raja i ashtanga ioga nivell inicial i avançat.

PROFESSORA DE IOGA

Setembre 2019 a Juliol 2020

- Anandaya Ioga
- Marta Coll Fisioteràpia
- Ajuntament de Castellcir

- Classes de ioga nivell inicial
- Classes de ioga nivell intermig

PROFESSORA I FORMADORA DE IOGA

Juny 2005 - setembre 2019 a Yoga Ashram Caldes de Montbui

- Formadora d'Anatomia del Ioga
- Formadora de Hatha Ioga
- Formadora de Ioga adaptat a embarassades, parelles, tercera edat.
- Retirs final de formació
- Professora de hatha, raja i ashtanga ioga nivell inicial, intermig i avançat.
- Direcció de l'escola de ioga.

Dades de contacte

Carretera de Camós, 75 (17820 - Banyoles) Girona.

Correo electrònic:
iogabanyoles@gmail.com

Web:

www.iogabanyoles.com

Instagram: @ajna.vamadeva

Referències laborals

Marcia Cecchini
Director d'Aura Ioga
Correo electrònic:
auraioga@auraioga.cat

Anna Flaquer
Directora d'Anandaya
Correo electrònic:
annaflaker@gmail.com

Habilitats

- Creativitat
- Síntesi
- Motivació
- Treball en equip
- Direcció i organització
- Comunicació
- Pedagogia
- Resolució de conflictes
- Presència amable

Idiomes

- Català Nivell C
- Castellà Nivell C
- Anglès intermig Alt B2.1
- Itàlia Nivell intermig

Projectes

- Creació del programa anual de ioga, amb tres nivells de dificultat.
- Creació del programa de formació d'Anatomia del moviment, per a professors de ioga.
- Creació del programa de ioga intensiu al juliol.
- Coordinació d'un l'equip de voluntaris.
- Creació del programa de retirs de ioga per a famílies.
- Creació del programa de ioga per a empreses.

Altres

- Carnet de Conduir B1
- Acompanyant de viatges espirituals a Índia
- Acompanyant de campaments de Ioga i Lleure per mainada i adolescents.
- Organitzadora d'events de salut benèfics i solidaris.
- Administrativa

Historial acadèmic

YOGA ALLIANCE

*Universal Yoga Center
Arambol, Goa, Índia -
2019*

- Certified Ashtanga Yoga Teacher
500 hours

GENERALITAT DE CATALUNYA

*Institut Català de
Qualificacions
Professionals
Barcelona 2016*

- Certificat de Professionalitat d'Instrucció en Ioga
- Reconeixement del Centre Oficial de Formació del Certificat de Professionalitat d'instrucció en Ioga 500 hores - Yoga Ashram Associació - Juny 2019

YOGA ASHRAM ASSOCIACIÓ

*Formadora de Professors de Ioga
Caldes de Montbui -
2014*

- Reconeixement honorífic com a Swamini Ajna Vamadevananda
- Reconeguda com a formadora de professors de Hatha Ioga i Anatomia del ioga.

UNIVERSITAT AUTÒNOMA DE BARCELONA

*Llicenciada en Biologia
Sanitària| Barcelona
2013*

- Llicenciatura en Biologia Sanitària
- Pràctiques al departament d'endocrinologia de Fisiologia Animal amb el Dr. Juan Hidalgo
- Nivell B2.1. Anglès.

ASI NIVELL 2

Creu Roja 2013

- Asstència Sanitària Immediata Nivell 2

INTERNATIONAL YOGA FEDERATION IYF.

*Yoga Teacher
Índia 2010*

- Reconeixement com a professora de ioga del llinatge de Kriya Yoga n°ES542-2010
- Formació de Hatha Raja Ioga, programa de 600 hores.

HANNE MARQUARD

*Escola Alemanya de
Reflexologia Podal -
Barcelona 2001*

- Formació en nivell inicial, intermedi i avançat de reflexologia podal clínica.
- Pràctiques al departament d'oncologia de l'hospital de Sant Joan de Déu.