

Белоусова Саша

Тренер по йоге

Тел: +7 985 7587010

Сайт: www.sashayoga.ru

Почта: yosashaga@gmail.com



Опыт работы	Опыт преподавания йоги – более 7 лет Профильные направления: виньяса флоу, хатха йога, шивананда йога, аштанга виньяса йога, йога флоу, йога для детей, йога-виртуозо, йога для беременных, дыхательные гимнастики, стретчинг, йога в гамаках, боди балет, йога на реформере. Студия YogaWorks (Москва) Фитнес-клуб Dr. Loder (Москва) Yoga Virtuoso (Хиккадува, Шри-Ланка) Студия Lakshmi (Москва), Шивананда Ашрам (Керала, Индия), Unilever Rus (Москва) 2017-2020 2015-2017 2014-2016 2014 2013 Центр Айенгара (Москва), Студия Золотой возраст (Москва), Студия Body Forming (Москва)
Образование	Высшее (специалист) 2007-2013 МГТУ «МАМИ» (Москва) Квалификация – экономист-менеджер Специальность – экономика и управление на предприятии 2008-2012 Школа «русского балета» (Москва) Специализация - классический танец 1995-2000 Школа спортивной гимнастики (Новосибирск, Чита)
Знание языков	Английский – базовый
Дополнительное образование и курсы повышения квалификации	2019 – Студия Yogaworks (Москва), Летняя школа йоги с Дмитрием Барышниковым 2017 - Международный институт хатха йоги «Rishikesh YogPeeth» (200 часов) (Ришикеш, Индия) 2013 – 2017 – студия Lyndon Masson, "Yoga Virtuoso" (практика «йога в танце») (более 1000 часов) (Хиккадува, Шри-Ланка) 2016 - Институт аштанга виньяса йоги Шри Паттабхи Джойса (Практика с Шаратом Джойсом) (Майсор, Индия) 2015 - Институт аштанга виньяса йоги Шри Паттабхи Джойса (Практика с Сарасвати) (Майсор, Индия) 2014 – Ашрам «Ошо» (Ришикеш, Индия), практика динамических медитаций 2014 - Шивананда Ашрам (Керала, Индия), Практика пранаям, бандх и крий 2013 - Интенсивный преподавательский курс в «OM SHANTI OM» (Ришикеш, Индия) 2012, 2014 – Центр йоги Айенгара (Москва), Методика и практика йоги (252 часа) 2009 – 2010 – Автономный институт Барселоны (Испания, Сарагоса), Курс «Культура Испании»
Международные проекты	2016 - «Ashtanga Yoga» продюсера Беной К. Бехл (Нью-Дели, Индия) 2014 - «Yoga - An Ancient Vision of Life» продюсера Беной К. Бехл (Керала, Нью-Дели, Индия)
Прочее	Увлекаюсь здоровым питанием, плаванием, шахматами, бегом, психологией Очень рада, что занимаюсь любимым делом, развиваюсь и преумножаю свой опыт