

CARMEN LEON LÓPEZ



Patio de la Acequia, Portal 2, número 12. Bajo A, Portal 12 bajo a, 18010,
Granada Granada España | 662218190 | contacto@carmenleon.info

Fecha de nacimiento:	11 mayo 1969	Lugar de nacimiento:	Jaén
Nacionalidad:	Española	Sexo:	M
Sitio web:	www.carmenleon.info		

Resumen profesional

Inicia su trayectoria profesional en el ámbito del periodismo y de la comunicación. En pocos años, su actividad laboral se orienta de forma vocacional hacia la enseñanza del yoga. En los últimos años su labor se ha extendido al ámbito de la salud mental y de las terapias.

Experiencia

Instructora Taller Mindfulness y Equilibrio Emocional 09/2019 hasta Actual
Asociación TOC Granada – Monachil, Granada

Sesiones semanales grupales en donde se orienta el trabajo del mindfulness y la regulación emocional al tratamiento del TOC.

Fundadora y directora 09/2018 hasta Actual
Yoga y Psicoterapia Contemplativa – Granada

Proyecto dedicado a la enseñanza del yoga integral y de las terapias contemplativas.

Organización de seminarios de yoga y psicoterapia contemplativa.

Acompañamiento terapéutico basado en la psicoterapia contemplativa: integra prácticas contemplativas tradicionales con psicología contemporánea y la investigación científica.

Monitora Taller de Yoga 09/2018 hasta 06/2020
FAISEM – Granada

Monitora del taller de yoga para personas que sufren de enfermedades mentales.

Trabajo a través de la conciencia corporal, el movimiento, la respiración suave, juegos, expresión corporal y vocal, el tacto consciente y el diálogo grupal.

Instructora de yoga y meditación y terapeuta 05/2015 hasta 05/2017
Samyama Fitness – Londres - Granada

Facilitar seminarios de yoga y meditación en retiros organizados para grupos de ingleses tanto en Granada como en Londres.

Terapeuta de Masaje Tailandés.

Co-fundadora y directora

04/2005 hasta 05/2015

Centro de Yoga y Terapias Shivambu, S.L. – Granada, España

Espacio concebido para la enseñanza del yoga integral tanto en su vertiente psico-física como a través de seminarios de filosofía oriental, meditación, psicología del yoga aplicada a la vida.

Asimismo, se imparte el Curso Profesional de Masaje Tailandés.

Formación académica

Psicoterapia Contemplativa

jun. 2022

Nalanda Institute - España y EE.UU

mar. 2003

Cerficado de Instructora de Yoga. Centro Sivananda Yoga Vedanta - Kerala , India

Máster en Cine y Televisión

jun. 2001

Westminster University - Londres , Reino Unido

Licenciatura en Periodismo:

jun. 1994

Universidad de Sevilla - Sevilla

Formaciones cursadas en yoga, meditación, mindfulness, filosofía sapiencial, psicoterapia contemplativa - Varias