



FORMACIÓN:

- Profesora de Yoga Integral y Hatha Yoga (1987) Centro Yogananda (Tarragona).
- Monitora Diplomada en Técnicas de Relajación y Autoayuda (2001) Xanxénso (Pontevedra) Prof. Santiago Pazhín.
- ❖ Curso Superior de Sanación Zen 3er Nivel (Tarragona).
- ❖ Curso Certificación, Reflexoterapia Podal (2000-1).
- ❖ Curso Certificado de Plantas Medicinales (2001-2).
- ❖ Curso con Certificación, Terapeuta de Flores de Bach (2002-3).
- ❖ Curso Certificación en Técnicas de Autoayuda y Autoestima I y II (2002-3).
Formación impartida por Prof. y Médico Naturopata Toni Rosích.
- Curso Práctico en Dieta Mediterránea. Co-organizado por la Universidad de Barcelona y el Instº Micromat. (2006).
- Formación Hipnosis y PNL por la Universidad de Murcia.
- Taller Hipnosis Regresiva impartido por Horacio Ruíz.



Josefina Redondo Higuera

Tel. 699070219

★ isiria@msn.com



- ❖ Taller “El Arte de Comunicarte Bien” T.E.
- ❖ Taller “Psicología Positiva” T.E.
- ❖ Formación Completa “Agentes de Ayuda” T.E.
- ❖ Formación “Orientadora por Teléfono”. Programa “Escucha Activa” Asociación Internacional Teléfono de la Esperanza Murcia.
- Formadora de Mindfulness (2016) Madrid.
- Curso de Comunicación eficaz. ”Lenguaje No Verbal e Inteligencia Emocional” impartido por Pilar Gandía en la *Universidad de Murcia*.

Trayectoria Personal y Profesional:

- ✓ 20 años impartiendo clases de Yoga dirigidos a adultos, niños y embarazadas.
- ✓ Facilitadora de Crecimiento Personal.
- ✓ Agente de Ayuda en Activo en la ONG *Teléfono de la Esperanza (T.E.)*.
- ✓ Co-fundadora y Vocal en la Dirección de la “Asociación Ser Saludable”.
- ✓ Facilitadora en el Programa de Aprendizaje Integral “Aprender a Ser Feliz”



www.facebook.com/YogaMurcia/

www.facebook.com/josefina.redondo.yogamur