

# Semblanza Lourdes Soto

***International Yoga Federation and YogAlliance VEO037-2013***

***Yoga Integral, Vinyasa Flow***

***Yoga terapéutico, Yoga para embarazadas***

***Medicina china, terapias Ayurvedicas, masaje Thai***

***Licenciada en DANZA Mención Intérprete de Danza Contemporánea.***

***Danza Fitness, Baile con bebé, Yoga mon and baby.***

***Conferencista y CoachFilosofía, Arte y Amor***

---

Maestra venezolana dedicada desde hace más de diez años al estudio e investigación del cuerpo a través de la danza, y de la mente a través de la Filosofía, orientando su desarrollado humano y espiritual en la práctica y enseñanza del Yoga.

Enseña desde hace 7 años, teniendo la dicha de dirigir tanto a pequeños, como inmensos grupos en actividades y eventos multitudinarios. Apasionada de retiros y prácticas al aire libre, tiene como misión encaminar a sus alumnos *a un viaje hacia el lugar más hermoso del universo: su propio interior*. Disfruta compartir de clases y talleres donde pueda enseñar a los practicantes todo lo bueno y saludable que el yoga le ha permitido descubrir y experimentar.

Sus estudios de Filosofía a nivel universitario han despertado un profundo interés por la comprensión, sensibilidad e investigación constante del Yoga y sus distintas corrientes y métodos. Ha descubierto así que hay tantos tipos de yoga como seres humanos y comparte la virtud de asistir y adaptar la práctica a las necesidades y características personales de quienes deciden cambiar su vida y estar más vivos y despiertos a través del Yoga

Es titulada en Danza en la mención Intérprete de Danza Contemporánea aplicada a las emociones y sensopercepción y su interés por el cuerpo, órganos, sistemas en su relación con la psique le ha permitido desarrollar y gerenciar diferentes compañías y programas para mejorar la calidad de vida de las personas desde el

arte y la sanación. Ha sido conferencista y ponente en distintos medios para instruir a muchas personas. Y reiteradamente reseñada en medios escritos, revistas e importantes publicaciones y programas de tv dedicados a divulgar el bienestar.

Apasionada de las letras y la naturaleza, disfruta de la belleza e intensidad de cada momento. Incluye en sus clases los conocimientos adquiridos en Medicina china, ayurveda y Thai. Enseña con pasión y determinación en prácticas fluidas y dinámicas donde la energía se eleva en todo nivel.

Desde hace tres años es maestra internacional bajo International Yoga Federation and Yog Alliance VEO037-2013 y recientemente formadora de nuevos maestros o personas que quieren profundizar para ser más felices y conscientes de que la vida es la mayor bendición, así que a disfrutarla. Aquí y ahora. Vive el presente.