

Caridad Gonzalez

ENTRENADORA INTEGRAL CUERPO Y MENTE

EXPERIENCIA LABORAL

30 años transformando vidas en gimnasios, centros deportivos y propios:

- | | |
|-------------------------------|---|
| ENTRENAMIENTO VITAL | • Entrenamiento personalizado, actividades holísticas, energéticas y Kinesiología, asesoramiento nutricional. |
| GIMNASIO ANTALIS | • Dirección y gestión. |
| BOFY FACTORY GYM | • Diseño y entrenamiento personalizados para +350 clientes. |
| RADIO COPE | • Comentarista del espacio dedicado a calidad de vida. |
| CANAL MÁLAGA | • Monitora de actividades dirigidas. |
| GIMNASIO BELLAVISTA | • Dirección y gestión del centro. Profesora de clase de fitness. |
| AYUNTAMIENTO DE MÁLAGA | • Organización evento de fitness colectivos, aerobhitones y aerobio playa. |
| FITNESS CARI | • Centro privado propio. |

FORMACIÓN

- Entrenadora personal, postural y coach deportivos - ITS AM.
- Experto en Mindfulness Psicología Positiva y Gestión Emocional - IEPP.
- Terapeuta Capacitado de La Nueva Terapia (LNT), Método Schwiderski.
- Instructora y entrenadora de pilates (Centro Universal pilatesSystem).
- Instructora del Método Hipopresivos Reprocesing Scft Fitness - ASF.
- Profesora de Lu Jong Yoga Tibetano (Nangten Merlang Internacional, Viena, Austria).
- Curso de Intolerancia Alimentaria - Centro Holístico.
- Curso de Kinesiología - Instituto de Terapia Holística Biofísica.
- Nuevo Sistema Craneal (NSC).
- Curso de Psicoemociones en las adicciones.
- Master en dirección y gestión de Centros Deportivos, Madrid.
- Curso Marketing Deportivo - INEF Barcelona.
- Monitora de Aerobio - ITS A.M.A.F.
- Instructora y coreografía de PowerStep - Reebok University.
- Curso de Salvamento y Socorrismo y Primeros Auxilios.
- Curso de microsistemas y sistemas reflexológicos con cromoterapia.
- Monitora de Baloncesto - FED.

CONTACTO

cgscienporcien@gmail.com

647 65 32 10

Instagram: @cg_entrenamientovital

Calle Puccini, 27, CP:29010

SOBRE MI



Apasionada de la transformación personal a través de un enfoque holístico hacia el cuerpo y la mente.

Especializada en el trabajo y entrenamiento corporal que va más allá de los métodos tradicionales.

Enfocada en cinco elementos clave: movimiento, respiración, energía, alimentación y relajación consciente (Mindfulness).

Dedicada a enseñar las herramientas necesarias para integrar estos elementos en el cuerpo físico, emocional, energético y espiritual de mis alumnos.

Comprometida a guiar a otros en su viaje hacia una vida más saludable, consciente y satisfactoria.