



MONTSERRAT PADILLA

INSTRUCTOR EN YOGA, AYURVEDA & JYOTISH



@montspadilla



ayurvedicamx@gmail.com



www.ayurvedica.mx

SOBRE MÍ

Con el deseo de superar la obesidad, emprendí una búsqueda de alternativas para la salud, encontrando inspiración en la literatura de Ayurveda a los 13 años. Mi camino me llevó a descubrir el yoga en 2015, y me certifiqué como Instructora de Vinyasa Holístico, avalada por Yoga Alliance. He impartido clases en diversos entornos, como centros de yoga, gimnasios, universidades, empresas, congresos, hoteles y retiros.

En 2018, decidí formarme profesionalmente en Ayurveda, y un año después adopté esta ciencia como un estilo de vida integral. En 2022 profundicé en Psicología Ayurvédica para ofrecer consultas más completas. Ese mismo año, inicié mi estudio de Jyotish Ratna, el primer nivel de Astronomía y Astrología Védica, y recientemente completé el segundo nivel, Jyotish Bhushan, lo que me permite brindar asesoría astrológica. Actualmente, estoy cursando Shiva Kriya Yoga, una formación iniciática de 4 años que ofrece herramientas adicionales para la evolución humana. Además, en 2024 decidí profundizar aún más mis conocimientos de Ayurveda, estudiándolo ahora con el respaldo del Ministerio de Ayush de la India.

Estoy convencida de que El Veda contiene todas las herramientas necesarias para el progreso humano. Gracias a los cambios que he experimentado en mi propia vida, siento una profunda motivación para compartir este conocimiento con responsabilidad y dedicación.

DATOS ACADÉMICOS

- Ayurveda - Avalado por Ayush (Agosto 2024-presente)
- Jyotish Bhushan. 2024 - CLEV
- Shiva Kriya Yoga (2023- cursando hasta 2027) EVD
- Jyotish Ratna. Fundamentos de Astrología y Astronomía Védica (2022) - CLEV
- Seminario en Psicología Ayurvédica (2022) - CLEV
- Consultor de Salud en Ayurveda (2022)
- Maestría en Registros Akáshicos (2021)
- Diplomado Terapeuta en Ayurveda (2018)
- Capacitación continua en Biomecánica (2017-actual)
- Certificación RYT200 en Vinyasa holístico (2018)
- Licenciatura en Diseño Industrial (2009)
- Diplomado de inglés en el Tec de Monterrey (2008)

EXPERIENCIA LABORAL

Creadora y Coordinadora de la Especialidad en Ayuryoga (mayo 2023 - presente)

- Desarrollo e impartición de un programa académico especializado en Ayuryoga. Programa avalado por YACEP, parte de Yoga Alliance, como formación continua.
- Responsable de la creación de contenido académico, la implementación de la estructura curricular y la enseñanza de la especialidad. Formación integral que combina Yoga, Ayurveda y Astrología Védica, brindando herramientas para la evolución humana.

Asesor en Ayurveda & Jyotish

- Asesor de Astrología (2024)
- Asesor Ayurveda (Noviembre 2019-presente)
- Asesor Academico Online de Ayurveda (2020)

Capacitadora de maestros de Yoga Febrero 2019 -presente

- Capacitación RYT200 avalado por Yoga Alliance para formar maestros de Yoga en diferentes sedes de la república: Guadalajara, Monterrey, Querétaro, Tampico, Aguascalientes, Yucatán, Chiapas, Saltillo, Puebla, San Luis Potosí, Toluca, Durango, Querétaro, Tijuana, entre otras.

Instructora de Yoga | Junio 2018 - presente

- Karma Yoga en comunidad (2024)
- Instructora en hoteles y turismo (2020-2023)
- Instructora de yoga para adolescentes en el TecMilenio Zapopan Norte. (2018-2019)
- Instructora de yoga para adultos en el Centro Deportivo de Tabachines. 2018-2020
- Maestra de Vinyasa Holístico en Centro Apurva Yoga En Guadalajara. (2018-2020)