

# OLGA CASTAÑEDA RODRIGUEZ

Fecha de nacimiento: 16 - octubre - 1981

Correo: [olgacastaneda@vivetucuerpo.com](mailto:olgacastaneda@vivetucuerpo.com)



## FORMACIÓN ACADÉMICA

Licenciada en **Periodismo** por la **Universidad San Pablo CEU**

Diplomada en **Dietética y Nutrición Humana** por la SEDCA. (**U. Alcalá de Henares**)

**Certificate MBSR Fundamentals- UMass Medical School Center for Mindfulness in Medicine (80h.)**

**Certificado “Vipassana: los 4 fundamentos del Mindfulness” con A.Wallace (60h.)**

**Certificado CCT (Entrenamiento Cultivo Compasión)-Nirakara.org (21h.)**

**Profesora de Yoga – Escuela Internacional de Yoga de Madrid (200h.)**

Técnico Superior FEDA **Pilates Suelo y Máquinas**

Técnico Superior FEDA **Entrenamiento Personal y Fitness**

Técnico Superior FEDA **Ciclo Indoor**

Técnico APECED **Quiromasaje Terapéutico y Deportivo**

Seminario Reeboks Sport **Personal Trainer**

Seminario FEDA **Entrenamiento en Suspensión (TRX)**

Certificado **Power Plate** – Tecnosport

Certificado VALGO. **Nutrición Deportiva**

## EXPERIENCIA LABORAL

Abr.15'-May.17' Directora de producción audiovisual-. **Aomm.tv**

Sept 13'-Abr.15' Responsable contenido escrito y línea editorial de la plataforma **Aomm.tv**.

Sept 12'-Jul.16' Dirección, gestión y organización de clases colectivas- grupos reducidos de Pilates y Yoga **Vive tu Cuerpo**.

Mar.10'-Jul.16' Entrenadora personal y profesora de Pilates, Yoga y Fitness-.  
**CLUB METROPOLITAN ABASCAL**.

Feb.08' -Jul.10' Entrenadora **Reto Men's Health Sergi Arola**.  
Instructora Ciclo Indoor y Pilates-. **PALESTRA, SERRANO50, BODYFACTORY...**

Abr.07'-Nov.08' Responsable de Comunicación. **BRAINSTANT\_SOUP** -. Agencia de publicidad

Dic.06'-Mar.07' Coordinadora de Gestión de Programas y Relaciones Institucionales.  
**ASOCIACIÓN DE PERIODISTAS GRÁFICOS EUROPEOS (APGE)**

## IDIOMAS

INGLÉS Nivel medio, hablado y escrito.

## INFORMÁTICA

Microsoft Office (Word, Excel, Power Point...), Photoshop, Adobe PremierePro, QUARK X-Press 4.0  
VirtualDJ. MixmeisterPro6.0. Vimeo, RRSS (Facebook, Instagram, Twitter...)

---