



NOMBRE LINA VILLEDA RODRÍGUEZ

DOMICILIO Palma Alejandría No.232 Col. Villas Palmira, Querétaro, Qro.

TELEFONOS CEL. 4423205295 DOM.

NACIMIENTO 16/10/1956

MAIL linavilleda@hotmail.com

ESTUDIOS ACADÉMICOS

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA

Escuela Normal Superior de Cd. Madero, Tamps.

DIPLOMADO en Liderazgo, Calidad y Competencias Directivas, duración 123 horas, TECNOLÓGICO DE MONTERREY Campus Querétaro.2008

DIPLOMADO en Calidad Educativa y Competencias Docentes, duración 123 horas, TECNOLÓGICO DE MONTERREY, Campus Querétaro

Actualmente DOCENTE en la Licenciatura Cultura Física y entrenamiento Deportivo de la UNIVERSIDAD CUAUHTEMOC en Querétaro.

CERTIFICACIONES

Capacitadora de PILATES REFORMER avanzado, Federación Mexicana de Actividades y Modalidades Aeróbicas, octubre 2024

Capacitadora de PILATES REFORMER, Federación Mexicana de Actividades y Modalidades Aeróbicas, enero 2021

Certificación Internacional en Entrenamiento durante el Embarazo y tras el Parto, OWA, Formación España 19,20 y 21 de Julio 2019

Certificación en ENTRENAMIENTO FUNCIONAL, Federación Mexicana de Actividades y Modalidades Aeróbicas, AC, Diciembre 2017.

Certificación TOTAL BARRE, Akro/Studio, Mayo 2016, CDMX

Certificación Formador del Área de Kinesiología, Federación Mexicana de Actividades y Modalidades Aeróbicas, AC, Diciembre 2016.

Formador de Instructores en el Área Técnico Pedagógica, Federación Mexicana de Actividades y Modalidades Aeróbicas, AC, Diciembre 2015.

Certificación en Fitness para Embarazo y Posparto, BmomGym, Lanzarote, España, 2015

Certificación ENTRENAMIENTO EN SUSPENSIÓN RIP:60 Certified Trainer, Noviembre 2013.

PERSONAL FITNESS TRAINER CERTIFICACIÓN, AFAA (Aerobics And Fitness Association of America) 2008

ENTRENADOR PERSONAL Federación Europea de Fitness y Pilates 2012

CERTIFICADA COMO ASESOR EN EMERGENCIAS Y D National Safety Council a través de la CRUZ ROJA MEXICANA 2007-2009 (actualización en 2011)

CURSOS EN FITNESS:

Movilización y Estabilización de la Pelvis y Columna en Pilates- mas cintura escapular. NATURE PILATES con Ricardo Jaramillo, Julio del 2025

Ampliando el uso de los aparatos de Pilates-REFORMER. NATURE PILATES con Ricardo Jaramillo, Julio del 2025

Modificaciones del Repertorio Clasico, para el progreso hacia los niveles intermedio y avanzado en MAT 1. NATURE PILATES con Ricardo Jaramillo, Julio del 2025

Metodología y Pedagogia de la enseñanza en pilates y aro adaptado al REFORMER, Trilogy Pilates y Yoga por Ricardo Hernandez Noviembre 2024.

Pilates Terapéutico, Certificate Of Continuing Educación PMA Pilates Method Alliance, Junio 1 y 2 de 2019.

Congreso One Fitness Weekend 2018, Congreso de Ciencias Aplicadas al Deporte y la Actividad Física, por NSCA, NSCA CEU. 2018

Curso-Taller de BODY SYSTEMS de 16 horas, Marzo 2010

CURSO DE YOGA KIDS 2005, DE KIDS PILATES 2009

CURSO DE PILATES MAT, Dirección del Deporte Municipal 2004

CURSO DE REEBOK CORE TRAINING (Sport City University) 2006

CURSO DE REEBOK FLEXIBLE STRENGTH (Sport City University) 2006

CURSO DE CICLISMO ESTATICO, Dirección del Deporte Municipal 2004