



Rubén Álvarez (Nacido en Soria en 1979)

Rubén cuando era joven consiguió grandes logros deportivos tanto a nivel regional como nacional. Jugaba al baloncesto y competía en judo (2º DAN). Comenzó sus pinitos como entrenador de baloncesto y también de judo, junto con su entrenador, el cual fue uno de sus principales referentes y le enseñó mucho más que un deporte. Le enseñó a confiar en sí mismo, a creer en él y a manejar su mente y su cuerpo bajo presión.

Pero el entrenamiento y las competiciones pronto empezaron a hacer mella en su cuerpo, las lesiones en la espalda eran cada vez más recurrentes y su cuerpo empezó a avisarle de que no iba por buen camino.

A los dieciocho años y debido a su gran pasión por la actividad física decidió estudiar la **Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**, por la Universidad de León, donde se licenció en el 2002.

Durante esos años comprendió que el deporte no es salud y que las instituciones deportivas estaban destinadas a otros fines. Dejó la competición y empezó a buscar un sentido mucho más lúdico y beneficioso para la salud en el deporte y a las diferentes actividades físicas que les enseñaban.

Comenzó a interesarse por la psicología deportiva, la influencia de las emociones en los deportistas y su rendimiento, lesiones, recuperaciones... la actividad física asociada a una calidad y mejora del cuerpo, así como de la conciencia corporal y psicológica de la persona para mejorar su calidad de vida.

Para aprender más sobre el cuerpo y su recuperación, **se formó como masajista profesional**, donde incluían técnicas de masaje chino y fundamentos de medicina china. Esto empezó a cambiar su forma de entender al cuerpo. *No solo somos músculos y huesos, sino que todo depende de nuestra energía, como fluye por nuestro cuerpo y cómo nuestros órganos internos la regulan.*

Deseaba seguir aprendiendo medicina china por lo que dejó todo en León, donde había pasado los últimos 7 años de su vida, y se fue a Barcelona para llevar a cabo su gran pasión: formarse como **profesional en medicina china** y trabajar de ello como terapeuta y profesor.

En el año 2004 entró en contacto con la Kinesiología Holística: *“Me enamoró desde el primer instante. Mi profesor, Francesc Marieges, gran amante de la kinesiología y la Medicina China, me enseñó las grandes posibilidades del cuerpo humano y todo lo que se podía conseguir con esta maravillosa técnica que hablaba con el cuerpo. Era increíble!!!”*

Al acabar la **formación en Kinesiología Holística y Aplicada**, quiso profundizar más en el terreno psíquico... *“me di cuenta de la gran importancia que tiene sobre nosotros, tanto a nivel de salud, como de nuestra forma de vida”*, así que comenzó a estudiar **PNL (Programación Neurolingüística)** junto con Alejandro Cuéllar.

En el 2007 comenzó a impartir talleres de kinesiología en Barcelona en *Inmaster* y también en México con CODESTETICA.

En el 2009 empezó la primera promoción de Kinesiología Unificada en *Mens Venilia*, Barcelona y desde entonces no he dejado de impartir cursos, talleres, conferencias y continuando aprendiendo técnicas, terapias, otras kinesiologías mediante cursos y de forma autodidacta, que implementa dentro de la kinesiología y de su vida personal.

También ha creado nuevos métodos terapéuticos, como el método KEGABA, Kinesiología Transgeneracional y Kinesencial, los cuales integran la formación completa de Kinesiología Unificada®, que imparte para profundizar en el conocimiento de uno mismo y en los procesos de tratamiento en terapia psíquica y energética.

Actualmente trabaja en Barcelona, Tenerife y Leiría (Portugal) dando lo mejor de él en cada cosa que hace y aprende, recreando y difundiendo la kinesiología junto con otras terapias, ahondando en la profundidad del Ser (junto con su mujer y maestra Helena) y gozando de cada instante que le da la vida.

“La terapia o medicina depende tanto del profesional que la aplica como del método en sí, por una parte, y de la predisposición a curarse que tiene una persona y la capacidad de hacer cambios en su vida para generar nuevos hábitos. La terapia se ha convertido en un trabajo a dos bandas y totalmente personalizado, ya que cada persona es un mundo y necesita una información o remedio específico para encontrar su equilibrio y salud.” (Rubén Álvarez)

Para más información: www.ieku.es

ZOË
Comunicación

SILVIA VELANDO

Tel. 93 465 27 09 · 696 11 23 38

Silvia@zoecomunicacion.com
www.zoecomunicacion.com

