

Mireia Mora

Me gradué como profesora de T. Alexander en la escuela de formación "The Constructive Teaching Center, Ltd." de Londres (1996), dirigida por Walter Carrington, alumno directo de F.M. Alexander. Me formé como música (título superior de violín concertista y de pedagogía, Richard Strauss Konservatorium, Munich, 1992).

Miembro fundadora de la Asociación de Profesores de T. Alexander de España , A.P.T.A.E. (1998)

Profesora de T.Alexander especializada en músicos, cantantes y en todas las personas que quieren crecer internamente para vivir su vida en plenitud, salud y gozo. Amo acompañar a músicos y a personas que quieren liberar sus corazas mentales y físicas para poder expresar su voz auténtica en libertad, coherencia, salud y felicidad. En mis sesiones uno la T. Alexander con la meditación, el mindfulness, el movimiento y danza libre, la voz libre, la interpretación musical y la creatividad.

He escrito varios artículos y libros sobre la T. Alexander que han sido publicados, con temas como la prevención de trastornos musculoesqueléticos (2011), el libro "Como cambiar los hábitos psicofísicos. Introducción a la T. Alexander aplicada al ámbito laboral " (2012), así como colaboraciones en la ràdio, televisión, congresos y plataformas en redes sociales.

Actualmente soy profesora en la Escola Superior de Música de Catalunya (desde el 2003) y profesora de T.Alexander y Voz de forma privada en Barcelona y Sant Cugat del Vallès (desde 1997). He impartido durante 25 años cursos y clases individuales y sigo aprendiendo con cada persona con la que trabajo.

Actualmente disfruto de improvisar y co-crear con el violín en conciertos y espacios terapéuticos conscientes, de la danza libre, del canto libre, de ser madre de un hijo adolescente así como acompañar a otros seres a descubrir quien son y a desplegar y gozar de sus talentos.

FB: Mireia Mora

IG: mireia_mora_griso

Youtube: "[Mireia Mora - Meditaciones para la Vida](#)"

E-mail: info.peusaterra@gmail.com