



Tar-Ballai Éva

gyógytornász-manuálterapeuta, jógaoktató

Budapesten születtem, és mondhatnám átúsztam (az általános iskola nyolc osztályát mindenképpen) a gyermekkoromat. Mindig is “gyógyító” szerettem volna lenni (gyermekként először az állatorvosi, majd az orvosi pálya foglalkoztatott), végül édesanyám remek ötletétől vezérelve gyógytornász lettem.

2000-ben végeztem gyógytornászként a SOTE EFK Gyógytornász szakán. Gyógytornászként ortopédia-traumatológia területen dolgoztam kórházban, majd alapító tagként 13 évig a SpineArt Egészségközpontban, 2017-től pedig szintén alapító tagként a DinaMed/ProFizio Egészségközpontban gerincbetegségeket, sport- és jógasérüléseket, ortopédiai, traumatológiai betegségeket gyógyítok.

A központ oldala: <https://www.dinamed.hu/profizio>

2007-től tartok tanfolyamokat gerincprevenció és stretching témában (Preventív Gerinctréning és Stretching IWI), 2010 óta tartok továbbképzéseket jógaoktatóknak (Kelet-Nyugat Egészségközpont-Mezősi Annával), workshopokat és előadásokat tartok több jógaiskolában (Narada Védikus Akadémia, Yogin, Élményjóga), 2016-ban indítottuk el egy gyógytornász kolléganővel a gyógytornászoknak szóló “Mozgásszervi Jógaterápia Tanfolyam”-ot és 2019 óta tanítok a SelfnessYOGA Akadémián.

15 éve gyakorlom a jógát. Ezalatt az idő alatt 2 jógaoktatói kurzust is elvégeztem. Praxisomban gyakran találkozom sérült jóga gyakorlókval és jógaoktatókkal is.

Önismereti útként, életformaként, egészségmegőrzés szempontjából és mozgásformaként is nagyszerű rendszernek gondolom a jógát.

Képzettségeim:

- SOTE EF gyógytornász-fizioterapeuta
- SOTE ÁOK Manuálterapeuta
- Bindusar Yoga oktató
- SukhaShanti Yoga oktató
- SOTE-ÁOK A jóga morfofunkcionális alapja
- Egyéb képzettségeim: <https://www.dinamed.hu/gyogytornaszaink/tar-ballai-eva>