



AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ EĞİTMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

Eğitimin Konusu: Yüz Yogası

Eğitim Hedef Kitlesi: 20 yaş üzeri herkes

Eğitimin Amacı: Kişinin kendi yüz kaslarını tanıyıp çalıştırarak doğal yöntemler ile yaş almasını sağlamak. Yaşa, kiloya ya da çevresel faktörlere bağlı olarak yüzde oluşan deformasyonları yüz egzersizleri ve masaj tekniklerini uygulatarak yüzün toplanması, ciltte renk eşitliğinin sağlanması ve oluşan ince kırışıklıkların açılmasına yardımcı olmak.

Eğitimin Alt Başlıkları:

- Üst beden egzersizleri
- Yüz kaslarını çalıştırmak
- Spazm olan kasları masaj teknikleri ile rahatlatmak
- Nefes egzersizleri desteklemek



AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ
EĞİTMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

EĞİTMEN “TUĞBA ENGİN” İN ÖZGEÇMİŞİ

1.Öğrenim Durumu:

Öğrenim kurumu	Öğrenim Alanı
Atatürk Üniversitesi	Almanca Öğretmenliği
Yunus Emre Lisesi	Yabancı Dil

2. Mesleki Deneyim

Başlangıç tarihi – bitiş tarihi	Yer	Kurum	Pozisyon
2021-2023	Antalya	Stüdyo Arjuna	Yoga Eğitmeni
2018-2021	Antalya	EXPO 2016 Bilim Merkezi	Operasyon Müdürü



AOSB EĞİTİM VE KALİTE MÜDÜRLÜĞÜ
EĞİTMEN ÖZGEÇMİŞ VE EĞİTİM İÇERİK FORMU

3. Eğitimden CV- Serbest Yazım Alanı

Eğitmen- Konuşmacı Ad-Soyad:

Tuğba ENGİN lisan eğitiminden mezun olduktan sonra İngilizce ve Almanca dersler vermeye başladı. Güçlü iletişimi sayesinde çocuklarla öğrenme ve eğlenmeye yönelik kaliteli vakit geçirmek için öğretmenlik mesleği ile profesyonel hayatına devam etti. Son görev aldığı iş yerinde öğretmenlik için başvurduğu işe, işletme müdürü olarak devam etti. Bu alandaki öğretmenlikten gelen sınıf yönetimi, insan ilişkileri, bir iş yerine aidiyet gibi özelliklerim sayesinde kendini geliştirme fırsatı buldu. Ortak hedeflere ve emeğe saygılı yol arkadaşları ile yaratıcılığın, çalışkanlığın ve verimliliğin takdir gördüğü ortamlarda çalışma disiplinini geliştirdi. Kendisi iletişim ile çözülemeyecek sorun olmadığına inanmaktadır.

Pandemi esnasında ve sonrası online uygulamalar üzerinden yüz yogası eğitimlerini tamamlayan ENGİN, yüz yüze eğitimler vermeye başladı. 2021 yılından itibaren yüz yogası ile ilgili workshoplar ve eğitimlerinde katılımcılar ile buluşarak, yüz yogasının dinamiklerini ve günlük hayata uygulanan yöntemlerini paylaşmaktadır.