

SANDRA RENAU LÓPEZ

Email lacasaurbanastudio@gmail.com

Fecha nacimiento 4/10/1977

Teléfono (+34) 675 855 350

Objetivo

Directora- Gerente con más de 25 años de experiencia proporcionando *Corporate & Services* a empresas de prestigio en el sector privado, comercial y corporativo.

Especialista en Danzas Urbanas desde 1991.

Experiencia

Especialista en centros deportivos

2021 en la actualidad Gerente / Presidenta de HEALTH BEING S.L.

2021 Presidenta de la Junta Directiva de la Asociación Cultural LA CASA URBANA.

Gerente de mi propia empresa desde 2015, dedicada al sector del Fitness, Danza y Wellness corporativo.

Presidenta de la Asociación socio-cultural LA CASA URBANA con más de 150 socios de todas las edades y con más de 30 actividades semanales desde 2015. www.lacasaurbana.com

Dirección-Coordinación del área de actividades dirigidas, danzas urbanas y programas de asesoramiento personalizado. Creadora del #30healthprogram

Dirección del equipo de RRHH.

Representante en actos institucionales y públicos así como medios de prensa en colaboración con Regidorías y Alcaldías.

Community Manager & Social Media Director.

Directora y mentora del Tour de Campeonatos nacionales de Danza Urbana
@laurbanachampionship

Relaciones públicas

Dirigente de mi propio equipo de colaboradores (profesionales altamente cualificados):

- ✓ Licenciados en INEFC.
- ✓ Preparadores Físicos.
- ✓ Técnicos especialistas en actividades dirigidas.
- ✓ Coreógrafos de danzas urbanas, latinas, tribales en otras.
- ✓ Profesores especializados en terapias alternativas; Chi Kun, Tai Chi, Yoga, Rei ki.
- ✓ Fisioterapeutas y Quiroprácticos
- ✓ Psicólogos -Especialistas en el marco del Couching, PNL, TDH, Disllexia.

- ✓ Diseñadores gráficos para imágenes corporativas y eventos.
- ✓ Arquitectos.
- ✓ Empresa especializada en Protección de datos, imágenes etc.
- ✓ Rotulación e Imprenta.
- ✓ Asesoría laboral y fiscal.
- ✓ Ejecutivos en consumo colaborativo con el medio ambiente.
- ✓ Distribución directa de productos ecológicos, orgánicos para *el Hogar* así como productos de limpieza ecológicos, para centros deportivos.
- ✓ Release directo, de ropa deportiva y Urbana- Casual.

Prestación de servicios y colaboraciones:

- Institutos de Enseñanza Secundaria métodos de la educación y valores para jóvenes a través del movimiento y el Mindfulness.
- Centros cívicos para el departamento de Juventud y Cultura; programas educativos y creativos.
- Empresas privadas, coordinación del departamento de hábitos saludables, gestión y contratación de empresas dedicadas a la salud y el bienestar. Team Buildings. Dirección técnica de Corporate centers, ubicados dentro de las empresas cuyo objetivo: Aumentar la productividad y el bienestar en el ámbito laboral, evitar el absentismo laboral, favorecer la socialización entre compañeros y altos cargos directivos.
- Corporate Well Services, gestión y servicio integral para centros deportivos privados de Alto Standing:
 - Procesos de selección y contratación de personal.
 - Diseño del plan de acción y funcionamiento interno de un centro.
 - Contratación de proveedores
 - Diseño y planning de animaciones anuales, planificación de hábitos saludables así como de las parrillas de actividades.
 - Estudio, diseño, creación, y desarrollo de Layouts para la construcción de un centro deportivo o wellness center, con el soporte de nuestros Arquitectos y especialistas, para el diseño, estudio, proyecto de Obra y Licencia de Actividades.
- Empresas públicas, coordinación y dinamización de animaciones deportivas, y socio-culturales.
- Creadora de BE HEALTHY, programa mundial de salud y bienestar durante 5 años consecutivos. Estrategias de nuevas campañas y actividades dentro del marco MANAGEMENT, CHOOSE & MOVE, para una reconocida e internacional Farmacéutica.
- Diseño y creación de temáticas saludables en Newsletters corporativas.
- Formadora de cursos de formación para técnicos del Fitness y Salud.

Empresas dónde he prestado mis servicios como Directora Técnica y Responsable del Área de Cataluña:

- ❖ SPORT CENTER- ROYAL TARRACO Hotel **** Tarragona. Directora deportiva. 2002-2006
- ❖ SENTRAL FITNESS Miranda de Ebro, La Rioja. Coordinadora AADD.2006
- ❖ ANEF, Escuela de Formación para técnicos del Fitness, Barcelona. Formadora de cursos, creadora de contenidos didácticos y Coordinadora del área de danzas. 2007 hasta en la actualidad.
- ❖ ORTHOS TARRAGONA (Coordinadora de cursos de formación de aerobic y danzas urbanas)
- ❖ ORTHOS BARCELONA (Formadora de cursos de Cardio Box Fila Kick Power)
- ❖ THE CORPORATE GYM S.L. París- Francia. Directora Técnica, área Cataluña. Mayo 2007 hasta Diciembre 2016.
- ❖ ABERTIS / ACESA AUTOPISTAS / SABA / CELLNEX Zona Franca- Barcelona. 2007-2016. Responsable del gimnasio corporativo de GymAbertis.
- ❖ NOVARTIS (Oficinas y fábrica de producción) Barberà del Vallés y Barcelona. 2008-2016. Responsable del gimnasio corporativo El Gimnasio de la 9.
- ❖ SAFELAYER Barcelona 2013 Organización de jornadas saludables ; Charlas de nutrición y Corporate Massages.
- ❖ NORTH FACE Barcelona 2013. Organización de toda una mañana en actividades dirigidas y fitness para el equipo nacional de ventas España.
- ❖ SANDOZ Palafolls – Les Franqueses 2008-2016 Organización de la parrilla semanal de actividades saludables : Taller de concina, Running, Liga de pádel, caminatas, Yoga.
- ❖ ALCON CUSÍ, El Masnou 2008-2016. Organización de la parrilla semanal de actividades saludables : Taller de concina, Running, Liga de pádel, caminatas, Yoga.
- ❖ PUIG, alta cosmética de productos en fragancias HOSPITALET LL.2014-2016. Responsable técnica del gimnasio exclusivo Puig.
- ❖ COLONIAL, Sant Cugat.2013-2016. Responsable técnica del gimnasio corporativo The Corporate Gym.
- ❖ WORL TRADE CENTER BARCELONA – Port Vell / Barcelona 2012-2016. Responsable del Gimnasio corporativo Fitness Club, desarrollo de Newsletter, animaciones para NAVIDAD para todo el parque empresarial.
- ❖ WORLD TRADE CENTER ALMEDA PARK Cornellà 2011-2016. Responsable técnica del gimnasio TU GYM. Desarrollo de animaciones puntuales en el parque empresarial.
- ❖ COFIDIS Cornellà 2011-2016. Taller de Risoterapia, PNL, Yoga conjuntamente con el departamento de Prevención, dirigido a departamentos de alta presión; recobros.
- ❖ COLT Cornellà 2013. Organización de talleres de Lindy Hop, Yoga, Charlas de alimentación, asesoramiento de imagen, masajes corporate, Relay Run.
- ❖ C.A. Technologies Cornellà 2015. Organización de jornadas saludables y actividades para ejecutivos en el Canal Olímpic.

- ❖ CEMENTERA MOLINS Sant Vicens dels Horts.2016. Organización de 6 semanas de Formación conjuntamente con el departamento de prevención tras un estudio previo de los empleados en la fábrica. Formación de sensibilización y ergonomía para trabajos repetitivos y riesgos.
- ❖ AXA (Cornellà, Sant Cugat)2014-2016 Organización de ligas de Pádel
- ❖ CUSHMAN & WAKEFIELD 2016. Organización para los 3 sites del día Internacional del Yoga.
- ❖ AFFINITY PETCARE 2015. Organización de Ligas de pádel y clases personalizadas de pádel.
- ❖ ACCENTURE 2015. Dinamización del Running Club.
- ❖ PARQUE EMPRESARIAL VALLSOLANA PARK – Sant Cugat 2016 Responsable técnica del gimnasio corporativo.
- ❖ PUMA Cornellà. 2014-2016. Organización de eventos para Directivos. Animaciones de baile ; Dance & Funky Disco.

Formación REGLADA

- E.G.B (Escola Cor de Maria, Lleida) 1991
- Técnico Especialista en Informática de Empresa y Comercial FP1-FP2 (I.E.S. Josep Lladanosa, Lleida). 1996
- P.D.A.E. Programa Superior en Administración de Empresas. (U.O.C.) 2000.

Formación DEPORTIVA y GESTIÓN

- Técnico en Fitness y sala (FISAF).
- Curso de Preparadora Física (ORTHOS).
- Técnica Aerobic nivel 1- nivel 2 (ORTHOS).
- Cinturón negro 1º DAN TAEKWONDO por la Federación Española. Juez y árbitro nacional. Profesora de niños y jóvenes durante 6 años.
- Técnica y Máster en FILA KICK POWER.
- Instructora oficial de les MILLS programas (BODY VIVE / BODY PUMP/ BODY COMBAT).
- Curso de especialización para poblaciones especiales; Embarazadas y Séniors. (FISAF).
- Formación en MINDFULNESS por Andrés Martín. Barcelona
- Practicante en YOGA KUNDALINI por Shunia Center. Barcelona
- Formación en SOFTWARE de gestión en centros deportivos: PROVISPORT / POLIWIN.
- Formadora de cursos Nivel 1-2- y Profesional por ANEF en danzas urbanas.

Especialista en danzas urbanas desde 1991 hasta en la actualidad; grupos de competición de LA CASA URBANA. 4

- entrenadora de los actuales campeones de España y Europa de HIP HOP 2016-2017-2018.

Estilos: Hype, Locking, Commercial Dance, Waacking, Vogueing, Cardio hip hop para adultos, Funk Disco- Grooving.

- Formación SOFTWARE de rutinas de entrenamiento para sala de Fitness por TECHNOGYM.
-

Idiomas

Catalán alto, hablado y escrito NIVEL C.

Castellano alto, hablado y escrito.

Inglés medio, FCE, First Certificate English School 2001.

Francés medio, hablado y escrito

Habilidades

Estrategias de negocio, Resolución de conflictos, Apache, Previsión de presupuestos, Gestión del tiempo, Liderazgo, Gestión y supervisión base de datos.

Exposiciones públicas.

Organización de eventos deportivos, cultures y lúdicos.

Administración y diseños de contenidos WEB.