

## Inner Sense presente en el Master de Desarrollo Personal y Liderazgo de la UB



### Víctor Angel, uno de los socios de la firma, imparte uno de los seminarios, que combina yoga, meditación y relajación

“Siembra la semilla del bienestar en tu interior equilibrando cuerpo y mente”. Este es uno de los pilares de la filosofía que ha llevado a los directivos de [Inner Sense](#) a crear los servicios de event wellness para empresas, como una forma de catapultar el beneficio de la organización a través del bienestar individual. Y esta filosofía es lo que empujó a [Víctor Angel](#), socio de la empresa, a aceptar la dirección de uno de los seminarios del [Máster de Desarrollo Personal y Liderazgo](#) de la Universidad de Barcelona (UB), una institución con más de 500 años de historia.

Los principales objetivos del máster son regular las emociones y potenciar la inteligencia emocional, dominar y gestionar conscientemente los pensamientos y la mente, mejorar las relaciones y la comunicación con los demás y potenciar el autoliderazgo basado en valores, según reza el plan de estudios de la UB.

Víctor, profesor de yoga desde hace seis años y practicante desde hace doce, creyó que podía aportar su granito de arena para el desarrollo integral de la persona, uno de los objetivos del máster: “Lo que intenté conseguir en este seminario es que los alumnos tomaran conciencia de ellos mismos mediante la práctica del yoga”. El directivo de Inner Sense recuerda su experiencia personal desde que empezó con la práctica de esta disciplina: “Como mucha gente, yo vivía de cara al exterior. Pero, con el yoga, tomé más conciencia de mi mismo, un elemento clave en mi crecimiento personal. Para liderar a los demás, primero has de liderarte tú mismo. Y todo eso se lo que quiero transmitir a mis alumnos”, resume Víctor.

