

Ausbildungen

2020 - 2021	Ayurveda Lifestyle Coach, Dr. Janna Scharfenberg, Zürich
2020	Hormon Yoga, Tanja Forjellini, Zürich
2019 - 2021	300 Stunden Weiterbildung Christiane Wolff, Flowing Om, Frankfurt
2017 - 2018	Therapeutischer Yoga Christiane Wolff, Yoga Carmen, Bern
2017	Yin Yoga Aufbau Helga Baumgartner, Yoga Carmen, Bern
2015 - 2016	International anerkannte dipl. Yogalehrerin (AYA) Vinyasa Power Yoga Akademie, Deutschland / Schweiz
2014	Mental Yin Yoga Karo Wagner, Vinyasa Power Yoga Akademie Deutschland / Schweiz
2008	Ausbildung zur Power Yoga Instruktorin Power Yoga Schweiz, Luzern / Basel
1999	Ausbildung zur Gymnastikinstruktorin Klubschule Migros, Luzern

Weiterbildungen

2018	Pathologie, Einzelunterricht & Ayurveda Yoga Schweiz
2018	Meditative Entspannungsreisen Sandra Krensel, Vinyasa Power Yoga Akademie, Baar
2018	Ernährung nach Ayurveda-Typologie Heilpraktikerschule Luzern, Rosenberg Akademie Schweiz
2017 - 2018	Therapeutischer Therapie Christiane Wolff, Yoga Carmen, Bern
2016	Chakra-Yoga Stephanie Gattiker, Living Yoga, Hergiswil / Luzern
2016	Yoga für den unteren Rücken Stefanie Zimmermann, Airyoga Zürich
2016	Power Yoga Masterclass / LSD Yoga Bryan Kest, ATHAYOGA Zürich

- 2016 Faszien Yoga Trainingday
Melanie Haumann, Vinyasa Power Yoga Akademie,
Deutschland / Schweiz
- 2014 Licht und Weite erfahren
Anna Trökes, Body Mind Spirit, Zürich
- 2013 TriloChi, Entspannt in Bewegung, bewegt in Entspannung
Kerstin Hecking, Body Mind Spirit, Zürich
- 2013 Yoga Anatomie
Simone Zweifel, Body Mind Spirit, Zürich
- 2011 Yoga Nidra
Claudia E. Reinig, Thun / Luzern
- 2009 Technik Training
Daniela Lindler, Power Yoga Schweiz, Basel