

Neben Ausbildungen besuche ich regelmässig erfahrungsreiche Weiterbildungen, inspirierende Workshops und Seminare. Es liegt mir am Herzen, meine Angebote mit neuen Impulsen zu bereichern.

- zertifizierte Yogalehrerin (BYV) und Mitglied des Schweizer Yogaverbands (SYV)
- Atemkursleiterin (BYVG)
- Meditationskursleiterin (BYVG)
- Entspannungskursleiterin (BYVG)
- Hormon Yoga Lehrerin (BYV)
- Ganzheitliche Yogatherapeutin (BYAT)

- Ayurveda Masseurin (BYVG)
- Tibetische Klangschalenmassage (BYVG)
- Fussreflex-Massagen mit Edelsteinen (nach Bhajan Noam)
- Kristall-Akupunktur (nach Bhajan Noam)
- Reiki 1. - 3. Grad nach Dr. Mikao Usui (BYVG)

Damit sich das heilsame Potential von Yoga wie auch von den Massagen voll entfalten kann, sind Kenntnisse über die Anatomie und Physiologie des menschlichen Körpers unerlässlich.

- Medizinische Grundlagen für Yogalehrerinnen (SYV)
- Schulmedizinische Grundlagen gem. EMR (Paracelsus Schule Zürich)
- Spiraldynamik Lehrgang Basic Move (Spiraldynamik Akademie Zürich)