

Aus- und Weiterbildungen

2018	Yoga im Schweigen/ Yoga Retreat mit Brigitte Feige
2018	Mut entwickeln – sich selbst vertrauen/ Yoga Workshop mit Irene Kocher
2017	Stressbewältigung durch Achtsamkeit (MBSR)/ Acht-Wochen-Kurs bei Regula Keller, Winterthur
2017	Der Astanga Yogaweg im Yoga Sutra/ Weiterbildungsseminar mit R. Sriram
2016	Yoga im Schweigen/ Yoga Retreat mit Brigitte Feige
2015	Nada Yoga – Yoga des Klangs/ Weiterbildungsseminar mit R. Sriram
2015	Yoga + Trauma/ Weiterbildungsseminar mit Maria Lauchenauer und Dr. Pietro Menghini, Zürich
2011 bis 2014	vierjährige Ausbildung zur diplomierten Yogalehrerin YCH im Schweizer Yoga Zentrum in Biel