Meine Erfahrungswerte

Yoga und Meditation

2023	Yoga nach der Geburt bei Orsina Studach
2018	Yoga Ausbildung 300h Steven Thomas Airyoga Zürich
2018	Yin Yoga Ausbildung 30h Katrin Knauth Yogibar Berlin
2016	Yoga im Strafvollzug, Psychosomatik und Yoga 7h Dieter Gurkash
2015	Yoga Akademie Freiburg 100h Ausbildung
2014 - 2016	Anusara Immersion Chris Chavez Istanbul & Katchie Ananda Zürich und LA& John Friend Genf
2013	Yoga Ausbildung 200h Steven Thomas Airyoga Zürich
2011 - 2017	6 x Vipasana, jeweils 10 tägige Meditationen in Stille (Schweiz, Deut

Sonstiges

2017- Dato	Fortlaufende Weiterbildungen in Tanzmeditation (5 Rhytmen)
2022	Weiterbildung Spirituelle Psychotherapie Basel Evelyne Vuilleuumier
2021	Weiterbildung Spirituelle Psychotherapie Zürich Evelyne Vuilleumie
2018	Schweigen- und Fastenseminar im Kloster Maria Laach Rune Tölke
2017	Somatic Experiencing (SE) Vorkurs Berlin
2017	Tribe Selbsterfahrungsseminar Rainer Trost Berneroberland
2016 - 2019	5 x Kairos Retreat Johannes Michels (Enlightment Intensive) Bran
2015	Motivierende Gesprächsführung FHNW Basel
2014	MBSR; Mind Body Stress Reduction Basel
2012	Vorkurs systemische Familientherapie Weinheim
2006 - 2011	Bachelor in Sozialer Arbeit FHNW

Fulda

tschland und USA)

r

er

e

denburg