



DOMAINES DE COMPÉTENCES

Enseigner et transmettre les valeurs du yoga dans la joie et la légèreté, en individuel et collectif

Former et offrir les clefs pour bien vivre et accompagner la période de la périnatalité

EXPÉRIENCES PROFESSIONNELLES

2013 YOGANH

Professeur de yoga, hatha, pré et post natal, cours individuels, collectifs, Caen

2010 VOYAGEURS DU MONDE

Conseillère expérimentée Asie Sud Ouest et Inde, Caen et Paris

FORMATIONS

2021 QUANTIK DOULA, Doula

SCIENTIFIC INSTITUTE FOR INTELLIGENT NUTRITION (SIIN), Gynécologie, obstétrique et nutrition

2017 ALIA OM, Yogothérapie Postnatal et Bébé Yoga

2016 BIRTHLIGHT, Yoga Postnatal

2014 INSTITUT DE YOGA THERAPIE, Yoga thérapie

INSTITUT DE GASQUET, Yoga pré et postnatal, Méthode APOR

2013 CENTRE TAPOVAN, Professeur de Hatha Yoga et Yoga de la femme, méthode Dinah Rodrigues

2008 SWASTI YOGASHALA, Professeur de hatha yoga, Inde

CENTRES D'INTÉRÊT ET LANGUES

Passionnée de cultures et de voyages, en particulier l'Inde et l'Asie du Sud-Est (treks et voyages entre 2007 et 2010)

Paddle, natation

Lecture

Anglais courant (programme AFS en 1997/98, une année aux Etats-Unis et Erasmus en Angleterre en 2006)

Bonnes connaissances en espagnol