

## Ausbildungen & Selbsterfahrungen

		<b>Stunden/Tage</b>
2013	<b>Yogalehrer-Ausbildung Yoga Alliance</b> Himalayan Yogainstitut, Kroatien	200 h
2014	<b>Anatomie-Workshop, Simone Zweifel</b> Body Mind Spirit, Zürich	2 Tg
2015	<b>Asanas Workshop, Doris Echlin</b> Yoga-Akademie Doris Echlin, Weggis	4 Tg
2015	<b>Yoga-Retreat, Inge Schöps</b> Formentera	7 Tg
2015	<b>Faszienyoga, Lucia Schmidt</b> Body Mind Spirit, Zürich	2 Tg
2015	<b>Yoga-Retreat, Inge Schöps</b> Formentera	7 Tg
2016	<b>Yoga-Retreat, Inge Schöps</b> Formentera	7 Tg
2017	<b>Schweigeseminar mit Ebi Bär &amp; Doris Echlin</b> Wilderswil	4 Tg
2017	<b>Yoga-Retreat, Inge Schöps</b> Formentera	7 Tg
2018	<b>Yogatherapie, Doug Keller</b> Airyoga, Zürich	4 Tg
2018	persönliche <b>Yoga-Auszeit</b> Yoga Barn, Bali	12 Tg
2019 - 2022	<b>Yogalehrerausbildung BDY (4 Jahre)</b> Yoga-Akademie Doris Echlin, Weggis Mit folgenden Referenten: - Swami Chetanananda - Eckard Wolz-Gottwald - Michael Kissener - Minka Hauschild - Ela Thole - Ebi Bär - Swami Tattvarupananda	800 UE +1500h SE
2023	<b>Indienreise entlang des Ganges</b> Minka Hauschild & Doris Echlin	14 Tg
2023	<b>Energie-Workshop, Doris Echlin</b> Yoga-Akademie Doris Echlin, Weggis	3 Tg
2023	<b>Yoga &amp; Meditations-Retreat, Mandali</b> Quarna, Italien	5 Tg
2023	<b>Workshops "eigene Praxis" &amp; "Kleshas", Bruno Dietziker</b> Sabinayoga, Otelfingen	5h 5h

2023	<b>“Stille &amp; Klarheit”, Ebi Bär</b> Online-Serie	13,5 h
2024	<b>Indienreise Südindien</b> , Tamil Nadu Mit Yogalehrerin Jacqueline Mantik	14 Tg
2024	Yoga-Workshop mit Manu Peverelli <b>“Wo eng werde weit»</b>	3h
2024	<b>Schritte zur Selbstpraxis</b> , Meditation und Pranayama Evelyn Hunger (teilweise online)	10h
2024	Immersions-Woche mit Manuela Peverelli	13,75 h
2024	November Workshop mit Daniel Odier, Tantrismus	2 Tage
2024	Metta-Schweige-Retreat, Meditationszentrum Beatenberg	4 Tage
2024	«Identität» Kurs, Doris Echlin	2,5 Tage

UE: Unterrichtseinheit

SE: Selbststudium / Arbeiten verfassen / Probelektionen verfassen & Halten