



## Curriculum

Nascida em 1965 em Lisboa desde muito nova que me interesse por todas as formas de terapia e conhecimento que nos ajude a descobrir quem somos a unificarmo-nos connosco e com a Vida.

Pratico Hatha Yoga desde os 24 anos.

**A minha formação nas áreas holísticas engloba:**

- Formação em Yoga em 2009 - Instrutor de Yoga – Nível Técnico

pela Alba Associação Luso Brasileira de Ayurvédica (Curso ministrado pela Escola Narayana de S.Paulo )

- Massagem de Relaxamento (Método Joaquim Caeiro)

- Facilitadora de Meditação Ceushi (Método Joaquim Caeiro)

- Mestrado em Reiki método Tradicional Usui Tibetano

- 2º Nível Karuna

- Cura Quântica por Rodrigo Romo

- Astrologia Transpessoal duração 3 anos de 2004 a 2006 por André Louro de Almeida