



FORMAZIONI & QUALIFICHE

Curriculum ed Esperienza:

Laurea Magistrale, Ingegneria Meccanica, Università di Ferrara

- 2014-*presente*, Studente praticante Hatha-Iyengar Yoga, Centro Studi Yoga Narayana
- 2019-*presente*, Insegnante online e in presenza (corsi, workshops ed eventi)
- 2021-*presente*, Insegnante La Scimmia Yoga
- 2024-*presente*, Operatrice in Somatica del Femminile – Silvia Urbani, Somatica del Femminile®
- 2025-*presente*, Trauma Informed Yoga Teacher – Somatic Competence® Yoga Training School

Attestati di Partecipazione:

- 2014 - "Colonna vertebrale e mal di schiena nello Yoga", Gaetano Zanni, Anatomyyoga®
- 2015 - "Corso in Meditazione Camminata", Bangkok
- 2015 - "Ratna Yoga Fondamenti", Shanti Brancolini - Passione Yoga
- 2015 - Viaggio di Formazione in India, Passione Yoga
- 2015 - "Flow e Chakra", Anna Inferrera
- 2015 - "L'arte di sequenziare: pratica lunare vs. solare", Anna Inferrera
- 2015 - "La simbologia del Femminino", Gabriella Cella
- 2016 - Intensivo Vinyasa & Karma Yoga, Sara Bigatti e John Kraijenbrink
- 2016 - "Ashtanga Yoga-prima serie", Isabella Furtado e Danny Paradise
- 2020 - "Women Moon Cycles", Jo Tastula
- 2020 - "Chakra healing", Anodea Judith
- 2021 - "History of Yoga", Dr. Chris Chapple
- 2021 - "Advanced Sequencing Dosha based", Sara Bigatti e John Kraijenbrink
- 2025 - "Continuum Movement®" – Donnalea Van Vleet Goelz, PhD
- 2025 - "Harmonisation Globale des Cicatrices" con David A. Kanner Osteopath DO
- 2026 - "Perimenopausa Lab" - Anna Buzzoni & Ostetriche Nascere a Modena

Formazioni:

- 2019, RYT® 200 Vinyasa Flow – Sara Bigatti, John Kraijenbrink, Vera Bettiol, La Scimmia Yoga
- 2020, RPYT® 100 Yoga in Gravidanza & Post parto - Laura Mencherini, Samadhi Firenze
- 2020, MBSR, Corso Mindfulness online con Jon Kabat-Zinn
- 2021, Yin Yoga - Serena Fiorenzani
- 2021, Yin Miofasciale – Dott.ssa Martina Turetta
- 2022, "I Fondamenti" - Restorative Yoga – Audrey Favreau
- 2024, Fisiologia SEAO® "L'arte della Mestrualità – Approccio PNEI e salutogenico alla salute mestruale" – Claudia Sfetez, Anna Buzzoni, Elisabetta Muraro
- 2025, "Comprendere ed affrontare la Menopausa" - Restorative Yoga – Audrey Favreau
- 2025, "Trauma Informed Yoga Certified Teacher" – Somatic Competence® Yoga Training School
- 2026, "Yoga Therapy for Menopause" - The Mindful Institute - Lindsey Brown
- 2026, Operatrice in Somatica del Femminile® – Silvia Urbani, La Prima Radice

Formazioni *in corso*:

- 2026, Somatic Competence Yoga Certified Teacher – Somatic Competence® Yoga Training School
- 2026, Operatrice *Avanzata* in Somatica del Femminile® – Silvia Urbani, La Prima Radice
- 2026, Functional QiGong teacher training program – Dhugal Meachem