

Veronica Coduri

La mia pratica rispecchia il mio modo d'insegnare, vitale, libero e divertente.



Profilo

Ho incontrato lo yoga nel 1998 nel mezzo di una vita frenetica come producer pubblicitaria, cercavo una pratica che potesse portarmi a ritrovare forza fisica e mentale, che in quel periodo erano molto basse.

Da quel momento ho sempre utilizzato gli insegnamenti yoga nella mia pratica personale, adattandola ai vorticosi cambiamenti della mia vita e accompagnandomi anche durante la mia gravidanza.

Nel 2010, ho avuto la possibilità di frequentare una classe di power yoga e ne sono rimasta subito affascinata.

Il power Yoga è stato un passo concreto verso uno stile di vita più sano accompagnato dalla scelta d'intraprendere un percorso di studi e la successiva certificazione all'abilitazione dell'insegnamento del Power Yoga nell'Ottobre del 2011.

Discipline

- POWER VINYASA YOGA
- YOGA CON PESI

Contatti

Telefono: + 39 348 7042802
Facebook: Veronica Coduri