

# Lebenslauf

- 2022 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Advanced «Private Teaching» bei Christian Larsen & Christian Heel
- 2022 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Advanced «Fachdidaktik 2» bei Sabine Senn und Marianne Artz
- 2021-2022 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Advanced «Assistenz» bei Jacqueline Huber
- 2020-2023 Master-Studium in Angewandter Psychologie FHNW, Arbeits-, Organisations- und Personalpsychologie
- 2013-heute Selbständige Tätigkeit mit bewegt entspannen in der individuellen & betrieblichen Gesundheitsförderung
- 2020 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Intermediate «Specific Yoga» bei Eva Hager-Forstenlechner
- 2020 Prüfung Spiraldynamik® Level Intermediate
- 2019 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Intermediate «Physiopädagogik» bei Christian Heel
- 2019 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Intermediate «Fachdidaktik 1» bei Jacqueline Huber
- 2019 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Intermediate Specific «Med for Move» bei Christian Heel
- 2018-2019 Ausbildung Spiraldynamik® Lehrgang Basic «Move» bei Jacqueline Huber
- 2018-2019 Ausbildung Yoga Therapie «Medical Yoga» bei Christiane Wolff
- 2018 Ausbildung CANTIENICA® – Methode für Körperform und Haltung «Stufe 2 Silber» bzw. «Das Rückenprogramm» bei Benita Cantieni
- 2018 Seminar Spiraldynamik® «Von der Weisheit des Körpers» mit Christian Larsen
- 2017 Ausbildung CANTIENICA® – Yoga bei Andrea Tresch
- 2016-2017 Ausbildung Prana Flow® Vinyasa Yoga «RYT 200» bei Christine May
- 2016 Ausbildung Meditationsleiterin bei Anna Röcker
- 2016 Ausbildung in der Bewegungstherapie nach Liebscher & Bracht bei Arthur Schneider
- 2015-2016 Ausbildung CANTIENICA® – Beckenbodentraining «Stufe 1 Bronze» bei Andrea Tresch
- 2015 Ausbildung CANTIENICA® – Embodiement bei Monika Hammer
- 2015 Weiterbildung zur Spezialistin «Friendly Work Space®» bei Gesundheitsförderung Schweiz
- 2014-2015 Ausbildung CANTIENICA® – Das Coaching «Stufe 1 Bronze» bei Andrea Tresch
- 2013-2014 Ausbildung CANTIENICA® – Das Powerprogramm «Stufe 1 Bronze» bei Andrea Tittes
- 2010-2013 Anstellung als HR-Bereichsverantwortliche und Verantwortliche Personalentwicklung bei der Eidg. Invalidenversicherung, IV-Stelle Kanton Bern
- 2007-2008 Anstellung als Hilfsassistentin Angewandte Psychologie an der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW, am Institut für Kooperationsforschung und Kooperationsentwicklung
- 2005-2009 Bachelor-Studium in Angewandter Psychologie FHNW, Arbeits- und Organisationspsychologie, mit Spezialisierungen im betrieblichen Gesundheitsmanagement und im Personalmanagement