

Aus- und Weiterbildungen:

Hot-Stone- Massage – Auffrischkurs - 2008
(Klubschule Migros Chur, Mauro Nuzzote)

Hot-Stone-Massage (Simon Keller AG, Burgdorf) Juni 2007

Gehirnjoggingkursleiterin (FSB, Julia Onken), 2005

Reiki 1. und 2. Grad 2005, Meistergrad 2007 (Ruth Tscharner, Chur)

Grundkurs Meridian-Energie-Technik (MET, Uwe Hinrichsen, Bonaduz), 2005

2008 Weiterbildung MET: Meine Atempause (nach Hinrichsen)

Grundkurs in Systemischer Stellungsarbeit (Coaching Team, Rapperswil), 2004/2005

Wechseljahrkursleiterin (FSB, Julia Onken), 2004

Aqua-Power-Instruktorin (Aquademie BE),
2003/2004/2005/2006/2007

(Aqua-Beckenboden, Aqua-Relax, Aqua-Gym., Aqua-Jogging)

Erwachsenenbildnerin eidg. FA, (SAKES GR und Zentralschweiz), 1998 -2003

Seniorensporthleiterin Walking, Pro Senectute (GR / ZH), 2002

Schamanisches Grundseminar (Carlo Zumstein), 2002

Schamanische Bergseminare (Carlo Zumstein), 2002 und 2003

Psychologisches Intensivseminar (Th. Dethlefsen, München),
1989

Div. Massagekurse (ZEM, Pro Sanitate), 1988/1989
(Ganzkörper, Rücken/Nacken, Füsse, Polarity)

Laufend Weiterbildungen in Altersarbeit, Wasser-
Sicherheitsarbeit (CPR, Brevet 1) und eigenem Weiterkommen