



SUSI PAUL ROTHMAYR

Mein Weg zum Yoga begann vor über 20 Jahren während der Schwangerschaft mit meiner Tochter. Dort fand ich einen tiefen bewussten Zugang zu meinem Körper und zur mentalen Ebene.

Seither begleitet mich Yoga in meinem Leben und ich vertiefe stetig meine Erfahrungen in Workshops und Retreats bei internationalen Yogalehrern auf dem ganzen Globus in verschiedenen Yogarichtungen.

- 2017 absolvierte ich das Teacher Training „Yindra Yoga“ bei Romy Aebischer in Yin Yoga und Yoga Nidra sowie Faszientechniken mit der Blackroll und Bällen
- 2018 absolvierte ich bei AirYoga Zürich das Prenatal Yoga Teacher Training bei Sue Elkind auf Englisch

Seit über 20 Jahren gebe ich Geburtsvorbereitungs-Partner Kurse mit Hebammen zusammen, was mir immer noch grosse Freude bereitet

Als selbstständige Physiotherapeutin und Pilates-Trainerin-Therapeutin beschäftige ich mich mit dem Körper in allen Facetten mit grosser Faszination.

Ich liebe das Reisen und entdecken fremder Kulturen und dabei auf der ganzen Welt immer mal wieder Yoga- und Pilates-Luft zu schnuppern.

