

Mi sono laureata in Storia all'Università di Bologna, sono giornalista professionista e appassionata di storia e filosofia dell'Asia e dell'Africa. Ho iniziato ad avvicinarmi alla pratica dello yoga da bambina, accompagnando mia madre al corso che frequentava come allieva.

Negli anni ho attraversato varie scuole, alcune per caso – come lo Yoga Esperienziale Metodo dr Bhole praticato con la mamma nell'infanzia e nell'adolescenza -, altre per la passione per l'esplorazione: e questo è stato il caso, da adulta, dello yoga Shivananda, e Kundalini.

Nel 2006 ho incontrato Anusara, e negli ultimi anni ho completato le 200 ore di Anusara Immersion e Teacher training con Piero Vivarelli e Caterina Cortellini, e ho iniziato ad insegnare in diversi centri. La formazione continua con la partecipazione a vari moduli di Advanced teacher training.