

DEBORAH PIERRO – Yoga&Ayurveda

Esperta del Movimento e del Benessere da più di 25 anni.

Accompano la persona a sentire il proprio corpo e ad entrare in connessione con se stessa, in un percorso di consapevolezza e crescita personale, utilizzando strumenti come lo Yoga, la Meditazione, l'Ayurveda e il Movimento Consapevole.

Già da piccola appassionata di tutto ciò che girava intorno la danza, la musica e la natura.

Mi sono diplomata in Germania in Danze Moderne, Ginnastica Posturale, Pilates Matwork e Studio in Riabilitazione. Aumenta maggiormente la mia spinta di una crescita personale interiore e mi diplomò come Insegnante di Yoga e Terapista Ayurvedica con specializzazione nella cucina ayurvedica. Insieme alla mia passione da insegnante e ricercatrice del Movimento e del Benessere, ho sviluppato anche le mie capacità imprenditoriali; dal 2007-2021 sono stata titolare di un noto centro Yoga, Pilates e Ayurveda a Riccione.

Grata di fare parte del prezioso staff di Therapeia, offro lezioni in piccoli gruppi o individuali di Hatha Yoga, Yoga Integrato, Yoga Terapia, tecniche di Meditazione e Yoga Nidra della tradizione Satyananda Yoga. Come Terapista Ayurvedica sono disponibile per trattamenti ayurvedici e lezioni di cucina ayurvedica.