

## Undervisere på yogadagen 4/1 -2025



### **Anne Evermann**

Yoga har været del af mit liv i mere end 25 år. Min rolle som underviser er at formidle yogaens glæder til dig med fokus på netop din krops formåen og dine ønsker om udvikling.



### **Jens Friis Pedersen**

Jens er certificeret Iyengar® Yogalærer, har trænet yoga i 20 år og undervist i over 10 år. Mit mantra er: yoga er for alle - uanset alder, køn eller kropstype. For mig er yoga først og fremmest en vej til mere glæde, frihed og tilfredshed i både krop og sind.



### **Trine Mahnkopf Møller**

Yogalærer uddannelse fra 2012. Senest (i 2020) har jeg suppleret min viden med en efteruddannelse i Restorativ yoga/yoga i hvile. Yoga har gjort rigtig meget godt for mig og holder min krop rask og stærk. Det vil jeg gerne give videre til dig!



### **Mary Pedersen**

Siden 2003, hvor jeg boede i Indien, har yoga været en del af mit liv.

Jeg underviser i mange forskellige former for yoga bl.a. Ashtanga vinyasa, Hatha yoga Yin yoga, Aerial Yoga akrobatik



### **Karen Lauritzen**

Jeg startede med at gå til Yoga i 1978 og opdagede hurtigt yogaens gode egenskaber. Personligt er yoga blevet en måde at leve mit liv på. Jeg har fået værktøjer, som gør, at mit liv er blevet lettere for mig at leve og det vil jeg gerne give videre.



### **Linda Jakobsen**

Uddannet Ansigtssyoga Instruktør i Danielle Collins Metoden. Linda er desuden uddannet Pilates instruktør i Balanced Body Pilates ved Den Inteligente Krop og har undervist siden 2016.