

Dit is Gabriella



Mijn naam is **Gabriella D'Agata**, 30 jaar. In het dagelijks leven werk ik als orthopedagoog/behandelcoördinator bij een behandel instelling voor jongeren met een licht verstandelijke beperking in combinatie met (ernstige) gedragsproblemen en sociaal-emotionele problematiek.

Sinds 2005 ben ik bezig om mij op gebied van yoga en spiritualiteit te ontwikkelen. Dit doe ik door het beoefenen van yoga, (vipassana) meditatie, het lezen van boeken, volgen van opleidingen/cursussen, door te reizen, te fotograferen en door (het) te leven!

In 2007 heb ik gedurende 2 jaar van verschillende landen in Azië, Zuid Amerika en Oceanië mogen genieten. Een onvergetelijke ervaring waarin ik geheel op mezelf ben teruggeworpen en iedere dag in het hier en nu leefde. Vooral India, met haar rijke (spirituele) cultuur en oorsprong in Yoga, heeft mij kennis laten maken met hoe je (het 8voudige pad van) yoga kunt integreren in je dagelijkse leven. In Risikesh (India) heb ik kennis gemaakt met Dr. Govinda, een zeer ervaren en kundige yogaleraar in Sivananda Hatha Yoga, alwaar ik gedurende 4 maanden ben opgeleid tot gecertificeerd Hatha Yoga docent. In 2011 heb ik me gespecialiseerd in Holistische (en Therapeutische) Kinderyoga bij Arterre (Nijmegen). Naast ruime kennis en ervaring hebben de opleidingen mij meer zelfvertrouwen gegeven om datgene wat ik al wist of voelde te gaan *doen* en te gaan *overdragen*.

Middels lessen in **Holistische Hatha Yoga voor volwassenen** en **Holistische Kinderyoga** hoop ik jong en oud te inspireren en enthousiasmeren om yoga te zien als méér dan alleen het uitvoeren van een set lichaams oefeningen! Voor meer info zie de kopjes: [Holistische Hatha Yoga voor volwassenen](#) en [Holistische Kinderyoga](#).

E: gabriella@yoga-inn.nl