



MANUELA PEVERELLI

PROFESSEURE DE YOGA

Directrice de formation Yoga Alliance

Anime des stages et des retraites
dans le monde entier

Pratique un Yoga qu'elle nourrit de
différentes influences en passant
une partie de l'année en Asie auprès
de maîtres reconnus

*« Utiliser le corps comme un
vaisseau.*

*Plonger dans l'attention au
moment présent.*

*Comprendre l'impact de la
respiration et la manière dont
elle agit pour reconnecter notre
corps et notre esprit à la source
de notre vie .*

*Voilà, selon moi, les plus beaux
trésors de notre précieuse vie
humaine. »*

Après avoir travaillé quelques années en
milieu psychiatrique en tant
qu'infirmière Manuela PEVERELLI a
étudié la psychologie ayurvédique
et la psychothérapie bouddhiste.

Passionnée par le sujet elle ne cesse
d'explorer comment l'esprit et
ses conditionnements affecte notre bien-
être et notre liberté intérieure.

Le Yoga et ses différentes pratiques sont
entrés dans sa vie alors qu'elle
avait 20 ans.

Elle l'enseigne le Yoga depuis plus de 15
ans essentiellement à Zurich en Suisse et
anime des retraites et des stages dans le
monde entier et notamment en Inde.

Elle est également directrice de
formation à Yoga Alliance.