



## Julia Delorme

Jahrgang 1977

Freiberufliche Yogalehrerin

Liebhaberin der Natur

Mutmacherin

Hundefreundin

Freizeit- und Lebenskünstlerin

verheiratet

Sandweg 7  
55120 Mainz

+49 176 579 25 104

[www.yoga-juliadelorme.de](http://www.yoga-juliadelorme.de)  
[jd@yoga-juliadelorme.de](mailto:jd@yoga-juliadelorme.de)

### 2019 bis voraussichtlich 2022

Ausbildung und Studium zur Heilpraktikerin an der Thalamus Schule Mainz

### 2019

Svastha Yoga Therapie Ausbildungen

„Yoga bei depressiven Störungen und Abhängigkeit, Pranayama und Meditation“

„Yoga bei Stress und Angststörungen, Pranayama und Meditation“

### 2018

Svastha Yoga Therapie Ausbildungen

„Physiologie und Sequenzierung der Atmung, Yoga bei Atemwegs- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen“

„Internistische - neurologische - immunologische Erkrankungen, Yoga mit älteren Menschen, Einführung in Atemübungen“ (Pranayama)

### 2017-2020

Beginn der Ausbildung „Svastha Yoga von Krishnamacharya“ bei Dr. med. Günter Niessen und Dr. Ganesh Mohan

„Yoga bei Erkrankungen der Lendenwirbelsäule und der unteren Extremitäten“

„Yoga bei Störungen in Hals und Brustwirbelsäule und der oberen Extremität, sowie funktionelle Anatomie der Atmung“

### 2016

Seminar „Grundlagen von Schulter und Hüfte, Haltungs- und Bewegungsanalyse“, YogaPlus Erste-Hilfe-Grundausbildung, Arbeiter-Samariter-Bund

### 2012-2014

Seminar „Yoga und Klang – Yogalehrer Weiterbildung“ Yoga Vidya e.V.

Seminar „Hatha Yoga und Sport – Yogalehrer Weiterbildung“, Yoga Vidya e.V.

Weiterbildung „Yoga mit Kindern“, Yoga Vidya e.V.

### 2010-2011

Dozentin bei Yoga Vidya e.V. zum Thema „Yoga“ im Rahmen der Ausbildung zur Ayurveda-Gesundheitsberaterin

Gasthörerin der Ausbildung zum Ayurveda-Gesundheitsberater, Yoga Vidya e.V.

### 2010

Erste-Hilfe-Lehrgang, Deutsches Rotes Kreuz

### 2009-2019

Yogalehrerin bei VON MARÉES Personal Fitness & Yoga

Yoga- Seminar „Gesang und Stimmbildung“ Yoga Vidya e.V.

### 2007-2009

zweijährige Ausbildung zur Yogalehrerin [BYV]

### 2004

Beginn der eigenen Yogapraxis