

## Stéphanie Stunnenberg

Na het volgen van de opleiding tot Ashtanga yogadocent heeft Stephanie verschillende jaren les gegeven op sportscholen en diverse yogastudio's in Leiden en omgeving. Ashtanga is de eerste vorm van yoga die ze geeft. Ze kan deze les echter ook ombuigen naar een vinyasa of poweryoga les, maar kan ook zeker een rustige vorm van yoga geven. Steeds wanneer ze voor een groep staat, krijgt ze bergen energie. Het geeft haar een voldaan en prettig gevoel wanneer mensen haar laten weten dat zij dankzij yoga beter in hun vel zitten. Naast haar werk bij een zorginstelling en yogadocent is Stephanie ook HSP coach. Kortom, ze vindt het fijn om iets voor een ander te kunnen betekenen en om een ander te helpen bij het ervaren van rust en een beter gevoel in haar of zijn lijf.