



Alexandra Epple

— alexandraepple.de —

Gesundheitspraktikerin, Wellness Coach
und Thai-Massage-Therapeutin

Profil

Alexandra ist eine Gesundheitspraktikerin, Wellness Coach und Thai Massage Therapeutin. Im Jahr 1999 zog sie mit einem BWL Studium in der Tasche in die USA und ist unerwarteter Weise Heilerin geworden. Von 2002 bis 2012 war sie eine aktive Yogalehrerin, seit 2003 ist sie eine Massagetherapeutin, und seit 2011 eine Ayurvedapraktikerin. 2016 schloß sie ihre Ausbildung zum Yoga Health Coach ab.

- Clinical Ayurvedic Specialist
- Zertifizierte Yogalehrerin
- Zertifizierte Massagetherapeutin & -lehrerin
- Zertifizierter Yoga Health Coach

Business Training

Dies erscheint vielleicht irrelevant als Heiler, ist es aber eigentlich nicht. Ein Geschäft aufzubauen ist ein großes spirituelles Unterfangen... Man kann spirituelle Prinzipien in die Tat umzusetzen.

- Dipl. BWL und B.A. in European Business Studies, Deutschland und England
- Veranstaltungsleiter, Teton Wellness Festival, 2004-2008, eine 4 tägige Veranstaltung mit berühmten Sprechern wie Deepak Chopra, Wayne Dyer, Caroline Myss and vielen anderen
- 2 jähriges Business Training mit Thrive Academy und yogahealer.com

Späßige Fakten über Alexandra:

- Im Alter von 21 lebte Alexandra alleine in Jakarta, Indonesien, wo sie ein 6-monatiges Praktikum in einem deutschen Hilfsproject abschloß.
- Mit 23, zog sie mit zwei Koffern und 2,000 DM in der Tasche in die USA.
- In 2008, radelte sie alleine von Thailand über Laos nach Vietnam, wo sie ihre 65-jährigen Mutter traf. Zusammen radelten sie von Nord- nach Südvietsnam.
- Alexandra besitzt den braunen Gürtel in Kung Fu San Soo. Paß auf, wenn du sie auf der Straße triffst!!!

Meditation & Bewußtseinsevolution

- Vipassana Meditation: besuchte drei, 10 tägige Stille-Retreats und wöchentliche Stille-Sitzungen von 2005- 2008
- Vedische Astrologie: Studium mit Freedom Tobias Cole (Science of Light), Level I und II.
- Schülerin von Arjun Serneels & Christopher Wallis in tantrischer Meditation und Philosophie.

Ayurveda Training & Erfahrung

- ✓ Clinical Ayurvedic Specialist and Pancha Karma Specialist, California College of Ayurveda seit 2011.
- ✓ Kräuterausbildung, California College of Ayurveda, 9 Monate, 2009.
- ✓ Ayurveda Mentorship Programm mit Dr. Claudia Welch, 6 Monate, Feb-Aug 2015.
- ✓ Healthier Hormones Kurs mit Dr. Claudia Welch, Jan 2015.
- ✓ Zertifizierter Yoga Health Coach, Worldwide Organization of Yoga Health Coaches mit Cate Stillman, seit Juli 2016.
- ✓ Ayurvedische Yoga Entschlackungen mit Cate Stillman, 2004- 2008

Alexandra ist Fakultätsmitglied bei ‚California College of Ayurveda‘, einer der namhaftesten Schulen für Ayurveda in den USA. Sie ist auch Mentorin des online Living Ayurveda Kurses mit Cate Stillman

Yogalehrerausbildung & Schulungen

- ✓ Über 1,400 Ausbildungsstunden als Yogalehrerin
- ✓ Zertifizierte Anusara Yogalehrerin von 2005 - 2012: Hauptlehrer: Sianna Sherman, John Friend, Anthony Bogart, Neesha Zollinger, Desiree Rumbaugh
- ✓ Zertizierte Yogatherapeutin, Atma Vikasa Yoga, Mysore, India (3.5 months Vollzeittrainig/360 Stunden)
- ✓ Zertizierte Bikram Yogalehrerin, Los Angeles (9 Wochen Vollzeittraining /500 Stunden)
- ✓ Zertizierte Yogalehrerin, Swami Vivekananda Ashram, Bangalore India (1 Monat Vollzeittraining/240 Stunden)
- ✓ 3 Anusara Yoga Therapie Trainings with Sianna Sherman, John Friend and Anthony Bogart
- ✓ Acroyoga training mit Jason Nemer and Jenny Sauer-Klein

Alexandra unterrichtete wöchentliche Yogaklassen von 2002-2012 und leitete ihr eigenes Bikram Yoga Studio in Jackson, WY, USA von 2004 bis 2008.

Ausbildung in Massage & Körperarbeit

- ✓ Zertizierte Massagetherapeutin in Kalifornien.
- ✓ Zertizierte Ayurvedische Massage- & Marmatherapeutin, Pancha Karma Spezialistin, California College of Ayurveda, seit 2009
- ✓ Anbieterin von Weiterbildungen für Massagetherapeuten, NCBTMB seit 2006
- ✓ 800 Thai Massage Ausbildungsstunden in Nepal, Thailand and Laos. Hauptlehrer: Asokananda (Harald Brust), Arno L'Hermite, Robin Thapa, Lek Chaya and PichestBoonthumbe.
- ✓ Thai Massage Zirkus mit Arno L'Hermite in Laos, 1 Monat, Vollzeit, Jan 2008
- ✓ Andere Heilschulungen: Chi Nei Tsang (Chinese Belly massage), Chivutti Thirunmal (Ayurvedische Massage mit den Füßen für Kampssportler), Reiki I

Alexandra praktiziert seit 2004 Thai Massage und hat erfolgreich einen 160-stündigen Lehrplan für ein Thai Massage Training zusammengestellt und unterrichtet. Seit 2009, ist sie Haupt Massagetherapeutin im Sivananda Yoga Ashram, Grass Valley, Kalifornien.