

Lucy Naid C. Hoffmann

É praticante de Yoga e Professora, formou-se na primeira turma de Formação de Instrutores de Yoga em 2000 com Maria Laura G. Packer e desde então vem se especializando através de vários cursos como:

- Yogaterapia Aplicada com Maria Laura Packer
- A Ciência do Yoga (Yoga Sutras) com Ricardo Lindemann
- Curso de Meditação com Maria Laura Packer
- Intensivo de Yoga (Filosofia, Prevenção de Depressão e Coluna Vertebral) com Maria Laura Packer, Maria Helena Wegner e Natalina Uehara
- Yoga e Ayurveda com Leela Mata
- A Essência da Prática de Yoga com Professor Hermógenes
- Intensivo de Yoga e a Metafísica do Yoga com Maria Laura Packer, Claudio Azevedo e Natalina Uehara
- Intensivo Sattva Yoga com Gustavo Ponce
- Asanas, Pranayamas e Concentração com Pedro Kupfer
- Asanas como Auto-conhecimento com Josefh e Lilian Le Page
- Avançado em Yoga com Camila Heintz

Na área de Yoga para crianças participou da “Jornada de Yoga na Educação” com Micheline Flack, Yoga com Histórias com João Soares e fez a 1ª turma de Formação em Yoga para Crianças no Centro de Yoga Montanha Encantada com Lilian Le Page, Eneida Lima e Karin Vêras.

Participou do Curso de Rituais e Mantras com Julio Falavgna (Gopala), Thai Yoga com Tania Sturzenegger, Curso de Reiki com Rogéria Speck e Satyam Vimal, Cursos de Alimentação Vegetariana com Maria Laura Packer.

É professora na Casa de Yoga Shanti OM, No Espaço Arco Íris Núcleo de Terapias Holísticas e voluntária a 7 anos no Grupo de 3ª Idade da Igreja Santo Antonio.