

## **Maria Helena Wegner**

Formada pelo Yogi Hari e Leela Mata's Ashram como Yoga Shiromani –  
Professora de Yoga, no ano de 1998.

Professora de Yoga Científico pela Associação Brasileira de Yoga Científico e  
Yoga Esporte, filiada à Internacional Yoga Sport Federation

Participou de diversos cursos intensivos de atualização em filosofia e prática de  
Yoga, noções da medicina Ayurvedica e Thai Yoga.

Ministra cursos terapêuticos de Prevenção à Depressão e Yoga aplicado à  
Ansiedade, Menopausa e Climatério, Osteoporose, Diabetes e ao Aprendizado da  
Respiração.

Professora de Yoga desde 1991 e diretora da Casa de Yoga Shanti OM