



PROFIL

CLAUDIA LEDERER

Claudia Lederer ist seit 1993 als Fitness, Aerobic und Personal Trainerin tätig. Sie ist B und A lizenzierte Step- und Aerobic-Instruktorin, lizenzierte Hot Iron Instruktorin, lizenzierte Woyo-Instruktorin, lizenzierte Personal Trainerin und IHK-geprüfte Yoga-Lehrerin.

1996 kam sie eher durch einen Zufall zum Yoga, fand aber sofort so großen Gefallen daran, dass sie beschloss Kurse zu absolvieren und sich mit verschiedenen Stilrichtungen auseinanderzusetzen. 2004 begann sie damit, Yoga auch selbst zu unterrichten. Schon lange vor ihrer Jivamukti Teacherausbildung in New York 2005 hatte sie entschieden, sich ausschließlich auf Yoga zu konzentrieren.

Aktuell unterrichtet Claudia in mehreren Centern in München und Umgebung, unter anderem in Leo's Sports Club und den Jivamukti Yoga Lofts, übt mit vielen treuen Privatschülern, darunter auch vielen prominenten Kunden, und organisiert und betreut eigene Yoga-Retreats auf Ibiza. 2007 nahm sie an einem bundesweiten Pilot-Projekt zur IHK-lizenzierten Yoga-Lehrerinnen teil.

Um stets "up-to-date" zu sein, besucht Claudia regelmäßig internationale Yoga-Workshops und -Fortbildungen. Ihre Leidenschaft gilt außerdem alternativen Heilmethoden, Ayurveda und insbesondere dem Thema Entgiftung, mit dem sie sich seit längerem intensiv befasst. Ihr umfangreiches Wissen aus diesen Bereichen lässt sie auch in ihren Yoga-Unterricht mit einfließen.

Das ganzheitliche Konzept von Detox Delight stieß bei Claudia sofort auf reges Interesse und nach intensiven Gesprächen erklärte sie sich anfang 2009 begeistert bereit, die Leitung für den Yoga-Part bei Detox Delight zu übernehmen.

Claudia hat unser spezielles Detox-Yoga-Programm als idealen Begleiter für die Detox Delight Kuren entwickelt und einen Pool von zertifizierten Yoga-Lehrern für den von uns vermittelten Privatunterricht aufgebaut. Neben Privatstunden wird ihr Programm demnächst auch als DVD bei Detox Delight erhältlich sein.