

Raffaella Paoletti

Nasce il 15/10/1970. Già da bambina il suo interesse é rivolto alla conoscenza del mondo naturale che la porterà ad acquisire una grande esperienza sia personale (trekking, botanica, arrampicata...) che lavorativa (alimentazione naturale e prodotti biologici, guida naturalistica...) in determinati settori, avvicinandosi sempre più a quella che diverrà poi la sua professione definitiva. All'età di 27 anni diviene mamma e si avvicina alla disciplina dello yoga (Raja Yoga con Emanuela Lampacrescia e Stefano D'Incecco) e alla naturopatia. Pratica da dodici e insegna **Hatha Yoga** da 6 anni a persone di tutte le età, sia individualmente che a gruppi. La sua formazione, in continua evoluzione e crescita, é quella della oltre trentennale grande scuola *Efoa* (European Federation of Oriental Arts) con sede principale a Roma. Suoi insegnanti sono stati e sono: Lorenza Ralli, Françoise Berlette (figlia di André Van Lysebeth) e il marito Roberto Laurenzi (esperto esoterista), presidente della scuola stessa. Le annualità di formazione yoga finora conseguite sono: *Kundalini, Kriya, Pranayama, Prana Vidya, Hatha Vidya, Krama Vidya*. Segue inoltre il corso pluriennale di *Rigenerazione Posturale* ed ha seguito numerosi seminari, tra cui *Yoga per gli Occhi, Tecniche di Purificazione e Rigenerazione Respiratoria, Yoga Terapia...* Da 10 anni é inoltre **Naturopata** diplomata praticante. La sua formazione approfondita ampia e varia le permette di capire le varie problematiche che possono affliggere i suoi allievi e lavorare per alleviarle, nel rispetto dei limiti individuali di ognuno. Tra le altre cose insegna anche **Rigenerazione Respiratoria, Massaggio Aromaterapico, Fiori di Bach**. E' Presidentessa fondatrice dell'Associazione Olistica *Rinascita* di Falconara e collabora anche con altre associazioni per la diffusione delle discipline olistiche e bionaturali e per promuovere attività volte al raggiungimento dell'equilibrio e del benessere psicofisico della persona e alla conoscenza di sé.