



Susanne Haegele (Nacida en Stuttgart, Alemania, en 1972)

Profesora de yoga, traductora y autora europea, con más de diez años de experiencia impartiendo cursos, talleres y retiros para ampliar el bienestar a través del yoga, la meditación, los masajes, la amistad y la naturaleza.

Nació en Alemania y creció en Francia antes de estudiar y trabajar en Italia, Gran Bretaña, Croacia y España. Actualmente reside en la isla de Mallorca.

Máster en Política Europea, Susanne ha desempeñado una carrera de alto nivel en el servicio público como traductora trabajando para el Ministerio de Asuntos Exteriores Alemán, la Comisión Europea y para diferentes embajadas y consulados.

Descubrió el yoga, en primer lugar para ayudarla a lidiar con el dolor de espalda que padecía y los desequilibrios hormonales debido a su estilo de vida sedentaria.

“Las clases de yoga me abrieron una ventana a otro mundo, no solo porque allí aprendí que todos podemos activar el poder auto curativo de nuestro cuerpo aprendiendo a cuidarlo, sino también porque la filosofía del yoga y el estilo de vida que la acompaña se hacen eco de la búsqueda de independencia y sencillez que siempre había perseguido.”

Después de obtener su primer diploma como profesora de yoga en Sivananda Ashram en Neyyar Dam, India en 2007, enseñó como voluntaria en la Red Sivananda en Francia durante dos años, mientras todavía trabajaba a tiempo completo en una organización internacional en París.

Posteriormente encontró su mentor en la persona de Karuna Galan, un alumno de André van Lysebeth y Swami Satyananda, especializado en Yoga Nidra, una técnica de meditación para la transformación interior.

En 2011 Dominique Casaux, discípulo de Dinah Rodrigues, la formó en **“Yoga para el equilibrio hormonal femenino”**.

También se formó en masaje ayurvédico con Hélène Marie (APMA internacional) y masaje de yoga tailandés con Dieke Dee (Sunshine Network).

Su interés en las aplicaciones del yoga a la salud de la mujer le llevó luego a la Birthlight School, creada por la antropóloga francesa y profesora de yoga Françoise Freedman. Allí **se especializó en yoga pre y postnatal (2015) y luego en el método Wellwoman (2017/18)**.

Continúa mejorando a través de nuevos entrenamientos cada año, recientemente con Graham Burns y Susanne Lahusen, entrenadores de Londres de la escuela *Yogacampus*.

Da clases en los siguientes estudios: en París Yoga and Co, en Londres Yogacreation y The Life Centre y en Palma de Mallorca, donde tuvo su propio estudio durante un tiempo. También ha organizado retiros de una semana en varias ocasiones en España e Italia.

Con Scott Robinson organiza eventos llamados *Meditate & Mingle*, que son reuniones de meditación para profesionales en la City de Londres.

El reconocido Satish Kumar, filósofo indio afincado en Inglaterra y comprometido con la ecología, es su mentor y guía. *“Tuve la suerte de estudiar con él en Schumacher College en Devon y compartir su creencia de que la humanidad necesita la tierra, el alma y la sociedad”*. Este filósofo inspiró a Susanne a estudiar permacultura "Certificado de Diseño de Permacultura" obtenido en 2018 en La Loma Viva de Alex Kruger.

Sigue traduciendo, autónomamente, al alemán y al francés. Sus traducciones publicadas incluyen cuatro guías de divulgación psicológica para las ediciones de Herder y un manual de acupuntura para Vigot Maloine.

Hormonas en Armonía es su primer libro como autora, coescrito con otras seis expertas en bienestar femenino a través de métodos naturales.

Más información en: <https://susanne-haegele.com>

ZOË
Comunicación

SILVIA VELANDO

Tel. 93 465 27 09 · 696 11 23 38

Silvia@zoecomunicacion.com
www.zoecomunicacion.com

