



## Julia Olfen - Expertin für Yoga, Achtsamkeit & Entspannungsverfahren

---

### Ausbildungsinstitute

Inside Yoga, Frankfurt  
Studio YOGAFLOW, Münster  
Flowing Om, Frankfurt  
Open Lotus, Köln  
RTB Academy  
WTB Academy  
Deutscher Turner-Bund

---

### Wirtschaft

Diplom Sportökonom (FH)  
Sportfachwirt (IHK)  
Sport- & Touristikmanager (IST)  
Wellnessberater (IHK)

PR-Berater

Bankkauffrau (IHK)

---

### Yoga

Yoga Teacher Training bisher weit über 1.000  
Fortbildungsstunden bei verschiedenen Lehrern im In- &  
Ausland

Doug Keller (Yogatherapie)  
Christiane Wolff (Yogatherapie)  
Richard Hackenberg (Advanced Anatomie)  
Barbrah Noh (Anusara Yoga)  
John Friend (Intensive Teacher Training)  
Skeeter Tichnor (Yoga in der Schmerztherapie)  
Dinah Rodrigues (Hormon Yoga)  
Anke Stadler (Pre-/Postnatal Yoga)  
Young-Ho Kim (Yoga Personal Training)  
Marc St. Pierre (Voice Of Teaching)  
Vinzent Pezet (Indische Mythologie)  
Young-Ho Kim, Barbara Noh, Richard Hackenberg  
(Yogalehrergrundausbildung 200+)

Studioleitung: Bodynova Store & Studio

---

## **Pilates**

Pilates Fortbildungen bisher weit über 200 Stunden

Pilates Matwork Zertifikat  
Advanced Matclass Variations  
Orthopädische Krankheitsbilder  
Pilates Pre- / Postnatal  
POWER Pilates, New York

---

## **Fitness**

Fitness spezifische Fortbildungen weit über 1.000 Stunden  
Master Trainer

Thera-Band Academy, Flexi-Bar & X-Co u.v.m.

Aerobic & Group Fitness Instructor, A & B Lizenz  
Fitness Trainer, A & B Lizenz  
DFAV e.V.

---

## **Entspannungsverfahren**

Entspannungspädagoge (BTB)

Wellnessberater (IHK)  
Wellnesstrainer (IST)

Wellnessmassagen  
Lomi-Lomi Massage

---

## **Personal Training**

Yoga Personal Training  
Inside Yoga Academy

Eingangs-Check-Up im Personal Training  
Souverän und authentisch - Personal Training erfolgreich  
verkaufen  
PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB

S-Lizenz Personal Training  
DFAV

---

## **Coaching**

positive Psychologie nach Prof. Dr. Mihály Csíkszentmihályi  
flowlife Coach  
flowlife Master  
flowlife Practitioner

flowlife Academy (Lutz Urban)

---