

## Formazione

### **International Sivananda Yoga Vedanta Centre**

Yoga Siromani, Corso di Formazione Insegnanti Yoga Sivananda (TTC),  
2014

### **Zero Balancing®**

Zero Balancing© practitioner, operatrice Zero Balancing©UK, 2011 - 2013

### **Corso professionale C.O.N.I.**

Diploma nazionale C.O.N.I., Operatore olistico, 2011

### **A.MI.University**

Diploma professionale riflessologa plantare (METODO CIRF Centro Italiano  
Riflessologia Fitzgerald), 2009 - 2010

### **Conservatorio di musica "G.Francescobaldi" - Ferrara**

II Laurea, Musica da camera, 2007 - 2009

### **Orchestra Giovanile Italiana**

Master, Violoncello, 2006 - 2009

### **Conservatorio di Musica "G.Verdi" - Milano**

I Laurea, Violoncello, 2002 - 2005

### **Liceo socio psico pedagogico**

Diploma, socio psico pedagogico, 1995 - 2000

## Esperienza

**Libero professionista - irinasolinas.com**

settembre 2011 - presente

**Insegnante Hatha Yoga (200 RYS) - Como**

settembre 2014 - presente

**Terapista di Zero Balancing® - L'albero dello Yoga - Arezzo**

novembre 2013 - giugno 2014

**Direttore presso Studio Atelier IS-land - Firenze**

ottobre 2012 - giugno 2014

**Operatore olistico presso Luxury Spa "Hotel Villa Casagrande"-  
Firenze**

dicembre 2011 - giugno 2014

**Terapista presso Associazione "Semillita"- Arezzo**

marzo 2011 - giugno 2012

## Riferimenti

Tesserino tecnico CSEN n° 16760

C.O.N.I. – settore olistico

Zero Balancing© UK – practitioner

International Sivananda Yoga Vedanta - siromani

## Competenze

Hatha Yoga

Zero Balancing®

Riflessologia plantare (metodo Fitzgerald)

Massaggio relax

Massaggio californiano

Massaggio decontratturante

Massaggio drenante

Thai Massage

Linfodrenaggio manuale (metodo Vodder)