

CURRICULUM VITAE



Persoonlijke gegevens

Naam : Nanda Saskia Lofvers
Adres : Prinses Margriet plantsoen 96, Bussum
Geboortedatum : 05 maart 1972 **Mobiel:** +31(0) 6 - 51185557
Email : nanda@minds2move.nl/ **Website:** <http://minds2move.nl/>

School Opleiding

1994-2001 : Rijks Universiteit Utrecht. Master of Arts / Drs. Kunstgeschiedenis
Specialisme Iconologie & Culturele wetenschappen, leer der beeldbetekenis
Specialisme Kindertekeningen Analyseren
1991-1993 : Atheneum
1990-1991 : H.B.O – V. (propedeuse jaar; o.a. algemene kinder- en jeugdzorg)
1988-1990 : HAVO-MBO (pedagogiek, psychologie, anatomie, fysiologie)

De belangrijkste Yoga Opleidingen (naast de talloze nationale & internationale workshops)

Strala docent : Strala is een manier van zijn! Helend bewegen. Het is een yogavorm
(Tara Stiles NY) die verder gaat dan de houding. Het is een ervaring die iets zegt over
hoe jij over jezelf denkt. Een haast meditatieve ‘flowing movement’.

Hatha docent : Arhanta Yoga: een internationaal erkende (Yoga Alliance), yoga
docenten opleiding verspreid over een korte maar intensieve periode
van 4 weken in een Ashram, gegeven door Yogi Ram (bekende
Indische yoga docent en directeur van de Arhanta Yoga Ashrams)

Kinderyoga : Jip&Jan opleiding: Kinderyoga Therapie en Lichaamsgericht Coachen,
Specialisme Traumaverwerking bij kinderen, Krachtspel Coaching, Yoga voor de
Helen Purperhart onderbuik. Genoemde opleidingen geven verdieping op de behoefte aan
individuele yoga begeleiding. Er wordt een programma afgestemd op
de vraag cq. behoefte van het kind, wat hiermee ‘tools’ krijgt om zich
gezond te ontwikkelen en ‘klachten’ te reguleren.

Kinderyoga docent : Holistische & Therapeutische kinderyoga opleiding, Zwolle
Arterre Het kind wordt in zijn totaliteit benaderd en bevestigd in zijn natuurlijk
helend spel, waarin plezier voorop staat. “je bent goed zoals je bent”!
Er komt in deze tijd veel op kinderen af, waardoor het van belang is ze
‘een handvat’ aan te bieden om te filteren en bij zichzelf te blijven.

Immersie : Teachers Training, in de Nieuwe Yogaschool, Amsterdam. Sandra
(Anusara) Carson is onder andere docent voor de internationale online yogastudio
EkhartYoga en Yoga Moves in Utrecht. Anusara is een Hatha Yoga
methode en biedt een zeer effectieve manier van lichamelijke belijning
aan, met wat men “de optimale Blauwdruk” noemt.

CURRICULUM VITAE

Perfect Pilates 1+2 : Fysio Physics opleiding
Latin Move : Fysio Physics opleiding

Een greep uit mijn werkervaring

Oprichter en eigenaar van Nannaste (2008)

Diverse Holistische kinderyogalessen en workshops in de leeftijd van 2 tot 16 jaar.
Bedenker en ontwikkelaar van MindS2Move © en het Yoga@school project
De sleutel van MindS2Move© is de unieke Happy High 5 methode van therapeutische yoga in combinatie met helend tekenen die de neurale verbinding tot stand brengt tussen de gebeurtenis en de emotionele en fysieke beschadiging die een kind heeft opgelopen

1 op 1 MindS2Move lessen: In de studio / annex atelier, of op locatie

Health Center Fit, Blaricum, Teensyoga en Strala Yoga

Diverse scholen: Julianaschool, Bussum, Vondelschool Bussum, Annie M.G. Schmidtschool, Hilversum, Vrije school Michael, Bussum

Yoga4school & GeluksYoga aan onder-, midden- en bovenbouw.

Stichting Kinderopvang SKBNM

Diverse kinderyoga workshops voor de leeftijd van 2 tot 16 jaar, op kinderdagverblijf als ook de naschoolse. Reguliere kinderyoga lessen voor de leeftijden van 5/6 tot 16 jaar

Squash&Wellness, Bussum

Junior Yogalessen voor de leeftijd 4 tot 7 en 8 tot 10/11 jaar

Ukkepukken, Hilversum

Ouder&KindYoga voor ouders met hun kind vanaf 2 jaar tot 4. Kinderyoga van 5 tot 7
Peuterspeelzaal de Rakkertjes Dreumesyoga 2 tot 4 jaar

Family Fitness, Laren

Teen-age yoga, voor de leeftijd van 10 tot 12 en 13 tot 16
Jong volwassenen, yogales vanaf 16 tot 19

Talen

Nederlands en Engels vloeiend in woord en geschrift

Bijzonderheden

Mede door de kinderyoga, het yoga4school project en de holistische benadering van 'speciale' kinderen, werd ik in 2011 verkozen tot Mrs. World Nederland. Datzelfde jaar mocht ik Nederland vertegenwoordigen tijdens de internationale Mrs. World verkiezing in Orlando, Florida waar 72 landen deelnamen. De Internationale jury gaf mij de titel Mrs. World Fitness. Een prijs die je krijgt voor de inzet van de gezondheid van andere. <http://www.youtube.com/user/NandaLofvers>

Publicaties verschenen met betrekking tot yoga in;

- Yoga Magazine najaar 2012, - De Sportvrouw - Viva - Exclusief; sports - health & Lifestyle Magazine – Bussums & Naarder Nieuws

CURRICULUM VITAE

