



Celina Zelenko da Silveira



Eu Celina Zelenko da Silveira no ano 2003, inicio a prática de Hatha Yoga. A partir desse momento, começou a despertar em mim uma grande curiosidade em saber mais sobre yoga. O que era? Como funcionava? De que forma auxiliava na busca do autoconhecimento e nos processos de mudanças internas e externas?

Então, em 2005, começo o curso de formação de Yoga Integral, no período de novembro de 2005 a abril 2007.

Encerrando esse curso, inicio a formação em Holos Yoga, de maio de 2007 a outubro 2008, em que tive meu primeiro contato com a Medicina Tradicional Chinesa.

No ano de 2008 fui convidada a dar aula no Instituto Educacional Holos Yoga, ministrando aulas de Holos Yoga.

Desde então, sigo buscando vivências, cursos, workshops para aprimorar conhecimentos tanto profissionais como pessoais, tais como: Curso de extensão anatomia humana (Universidade Feevale Junho/2008); Yoga na Educação (Montanha Encantada, set. 2008); Formação em Acupuntura (Escola Neijing – Porto Alegre, 2009 a 2011); História e simbologia dos asanas no Hatha Yoga (Montanha Encantada, nov. 2012); Cursos Plantas Medicinais (Escola Neijing – Porto Alegre - RS).

Em outubro de 2016, tive a oportunidade de vivenciar um pouco do que até então tinha aprendido nos livros e com meus professores sobre cultura Indiana, fazendo peregrinações e visitas a locais sagrados, participando de festividades

hindus, conhecendo um pouco mais dessa pluralidade cultural da incrível Índia, considerada o berço do Yoga.

No ano de 2018 inicio o estudo de Vedanta com a professora Glória Arieira.