

講師介紹

張馨文



簡介

學歷：

- 國立台灣藝術大學舞蹈系
- 美國AMS蒙特梭利認證教師
- 美國瑜伽聯盟RYT200 認證培訓師
- 美國 Sun bridge institute 華德福師資培訓
- Empire State College state, University of New York
- 舞蹈教育 (主修creative movement)

經歷：

- 創辦紐約  瑜珈教室
- The Waldorf School or Garden City New York 擔任教職
- 106年 海外文化種子教師(舞蹈組)
- 2019-2022 New York Queens public library, new American program
- 紐約市立圖書館線上瑜伽引導師

課程理念：

本課程將帶領學員

透過肢體探索，遊戲活動，提升學員的身體覺察力

讓每個人回到內心感受和身體一起合作，呼吸，釋放壓力