ENG

After her art and philosophy studies, Robinson left for India to explore the philosophy of Yoga. She then became hooked on the postural practice of yoga as she spend time with Iyengar and Hatha teachers. Back in Holland she started to develop deep love for Vinyasa.

I felt like I travelled*out of the mind and into the body* which gave me so much more joy in life.

I am passionate about helping you to connect to your body and feel better in your body. Whether that's releasing any tension/stress or find your inner strength. In my classes I will guide you to stabilize and then flow with ease from that fundament.

NL

Robinson

Na Kunst en Filosofie studies, vertrok Robinson naar India om te verdiepen in de filosofie van Yoga. Daar begon de fysieke practice te wortelen in haar dagelijks leven, toen ze leerde van Iyengar en Hatha leraren. Eenmaal terug in Nederland werd ze verliefd op Vinyasa. Het voelde alsof ik eindelijk mijn mind kon beschouwen van een afstand, en echt in mijn lichaam kon rusten. Dat gaf mij zoveel meer plezier in het leven.

Het is mijn passie om anderen te helpen verbinding te maken met hun lijf, en rustiger te laten voelen in hun hoofd. Soms is dat spanning loslaten, soms juist kracht activeren.

In mijn lessen zal ik starten met stabilisatie en vanuit daar begeleiden door vloeiende beweging.