



# YOGA



## Melania Lenoir

Actriz, cantante, bailarina y profesora certificada de Kaladanda Yoga. Comenzó de la mano de la meditación dinámica y el ayurveda a los 11 años junto su tío médico ayurveda Jean Paul Lenoir.

Una vez terminados sus estudios secundarios, estudió las carreras de Licenciatura en Actuación y Licenciatura en Composición Coreográfica ambas en el IUNA. En la última conoció a su primer profesor de Hatha Yoga, el renombrado profesor de danza clásica Gerardo Finn, con quien continuó sus estudios de yoga en su estudio privado. En el año 2004 conoce a su maestra del corazón Carola Terreni, fundadora de Kaladanda y comienza a practicar a su lado hasta la fecha.

En el año 2013, inspirada por sus maestros, su práctica, el dharma (textos sagrados), y su sangha (comunidad espiritual), decide formalizar sus estudios con el profesorado de Kaladanda Yoga. Se recibe en el año 2015 y desde entonces complementa su trabajo como actriz, dando clases de yoga a artistas durante el día. También da clases de yoga para la tercera edad hace 4 años y gracias a este trabajo puede financiar proyectos de yoga en cárceles, hogares de niños y geriátricos, junto a Kaladanda Solidario. Sigue hasta la fecha profundizando sus estudios y su práctica de Yoga.

Melania se siente muy agradecida al linaje ininterrumpido de maestros que con amor y sabiduría acercan estas enseñanzas a su vida.

