**Van opleiding is ze logopediste en orthoptiste, reeds vanaf toen door anatomie gefascineerd ! Ze verdiepte zich in de ademhalings- en ontspanningstechnieken die ze nu dagelijks kan delen.
Haar jeugdjaren woonde ze in Afrika en kwam zo in aanraking met het Afrikaans ritmegevoel.  Vijftien jaar lang was de Afrikaanse dans haar passie. Later was ze jaren te vinden in de salsa wereld.
Daarnaast, in de jaren negentig ging haar interesse eveneens uit naar fitness. Als fitnesscoach, in verscheidene gekende fitnesscentra in het Antwerpse, doorliep ze alle rages : van aerobics, aquagym tot Pilates.
Enkele jaren terug kwam ze in aanraking met yoga via een cursus Mindfulness.  Het duurde niet lang om een keuze te maken en de wereld van de yoga in te duiken.
De mentale rust  gecombineerd met de fysieke uitdaging was voor haar de perfecte combinatie. Na 20 jaar in het buitengewoon onderwijs te hebben gewerkt nam ze een Sabbat jaar om verschillende yoga opleidingen te volgen.
In 2011 werd haar droom werkelijkheid, ze opende de deuren van haar eigen yogastudio 'de Yogastudio' te Ekeren! In 2018 verhuisde de studio naar Brasschaat.**

**Sinds 2015 verzorgt ze docentenopleidingen en verdiepingscursussen waarvoor ze eigen syllabussen heeft geschreven.**

**Haar mantra is ‘Alles komt goed’, haar passies het eten van chocolade en het geven van yogalessen.**