

**Andrina Tisi** ist Gründerin von Wholelicious ([www.wholelicious.com](http://www.wholelicious.com)), Health Coach sowie Yogalehrerin und ist leidenschaftlich dabei „deliciousness for body, mind and soul“ durch Yoga, Meditation, Ernährung und Lifestyle zu fördern.

Für Andrina ist ein ganzheitlicher Ansatz zum Thema Yoga und Gesundheit sehr wichtig. Sie glaubt an die absolute Einzigartigkeit jedes Menschen und ist davon überzeugt, dass für eine gesunde und nachhaltige Lebensweise alle Bereiche des Alltags, von Beziehung, Familie, Job, Freizeit sowie Schlafgewohnheiten, für ein ausgefülltes Leben wichtig sind. Die ideale Zielgruppe für eine Zusammenarbeit sind Frauen mit Gewichtsprobleme, Stresssymptome oder auch Wechseljahrsbeschwerden.

Andrina sieht ihre Kundinnen und sich als ein Team an. Schritt für Schritt und ohne unrealistischen Verbotslisten oder einseitigen Philosophien, werden zusammen die Hürden überwunden, welche bis anhin den dauerhaften und nachhaltigen Erfolg verhindert haben. Sei dies ein überfüllter Terminkalender, Antriebslosigkeit, Reisen, familiäre oder soziale Verpflichtungen. Es ist ihr ein Anliegen, die Beratungen so einfach wie möglich in Ihren Alltag einzubauen. Konsultationen können im Frauengesundheitszentrum, bei Ihnen zu Hause oder im Geschäft stattfinden. Auch eine vorwiegend telefonische Betreuung ist denkbar.

Mit konstanter Unterstützung und Beratung, praktisch wie auch emotional, wird eine nachhaltige Veränderung umgesetzt und gewährleistet.

Unter anderem wurde Andrina am Institute for Integrative Nutrition in New York, am The Centre for EFT in London und bei Semperviva Yoga College in Vancouver ausgebildet.