



mi piace

il silenzio e la Techno
Savasana e l'adrenalina
il mare e la montagna
la solitudine e la compagnia

contatti

+39 348 9093836
Julia.sensibile@gmail.com
IG:@yogasensibilesardinia

English, Deutsch, Nederlands, Español, Italiano

le mie lezioni

uno spazio per viaggiare dentro di sé attraverso
l'attenzione, per fermarci, respirare, muoverci e sentirci.

esperienze lavorative

dal 2022 insegno **Yoga Sensibile** in Sardegna
dal 2023 organizzo **viaggi e incontri trasformativi**
da sempre seguo il mio **cuore** viaggiando per il **mondo**,
lavorando di cameriera, in hotels, all'istruttrice
subacquea, guida snorkeling e tant'altro.

esperienze formative

formazione insegnante **Yoga Sensibile**
SCUBA Diving instructor
Bachelor in Tourism Management

Julia Backes



I like

silence and Techno
Savasana and adrenaline
the sea and the mountains
solitude and company

contact

+39 348 9093836

Julia.sensibile@gmail.com

IG:@yogasensibilesardinia

English, Deutsch, Nederlands, Español, Italiano

my classes

a space to **travel within** yourself through **attention**—
to pause, breathe, move, and feel.

work experience

since 2022 teaching **Yoga Sensibile** in Sardinia.

since 2023 facilitating **transformational journeys**

since always, following my **heart**, **traveling** around the
world, working as waitress, in hotels, as a scuba diving
instructor, snorkeling guide, and much more.

education & training

Bachelor's Degree in Tourism Management

SCUBA Diving Instructor

Yoga Sensibile teacher Training