**ELISA SANGUANINI**

Da sempre affascinata dal mondo orientale, Elisa Sanguanini da più di dieci anni è riuscita a far diventare la cultura dei Paesi dell’Estremo Oriente il suo stile di vita e il suo lavoro.

Che si tratti di buddhismo tibetano, viaggi, lezioni di cucina giapponese, seminari sull’arte delle geisha, degustazioni di tè o mostre di kimono, Elisa ha dedicato quasi metà della sua vita a diffondere moltissimi aspetti della cultura orientale e ciò che ne deriva certificandosi insegnante di Yoga, Master Reiki, Mindfulness Educator e Happiness Life Coach.

Avendo organizzato per anni viaggi e accompagnato gruppi in Cina, India, Malesia, Tibet e Giappone, il Buddhismo è diventato fondamentale nel suo stile di vita ed è così che ha iniziato ad assorbirne i princìpi, vivendo quindi la vita con serenità e soprattutto abituandosi a trovare sempre un lato positivo in tutte le sfide che il destino ci riserva.

**“Ciò che ti rende felice non è la situazione intorno a te, ma i pensieri nella tua mente”**

Al momento Elisa è insegnante di yoga oltre che insegnante alle superiori e travel planner per alcune agenzie di viaggio.

Elisa è anche mamma di Hiro, un piccolo esploratore di 2 anni e mezzo, che è sempre con lei quando si tratta di accompagnare gruppi in giro per il mondo.