Brenda Benestad является нашим релаксологом и йога-инструктором. Она обладает уникальными техниками нидра-йоги, кундалини-йога, хатха-йога, йога-Айенгара, Аштанга-виньяса-йога и йога-нидра. Также Бренда прошла курс по активации энергии кундалини (KAP метод) и активации энергетических центров. Бренда родилась в Норвегии, и владеет техниками работы со скандинавскими рунами.