

September 1983 - juni 1989	"Farmaceutische Wetenschappen" aan RUG.
September 1993 - juni 1994	"Basisopleiding "Macrobiotiek" aan het Kimura Shiatsu Instituut.
Juli 1995	" Macrobiotiek voor beginners" bij Jeanne Van Den Heuvel.
September 1996 - juni 1998	"Voedings- en gezondheidsconsulente" aan de Europese Academie.
September 1997 - juni 1998	"Voeding en Vitaliteit" aan het Oost West Centrum Antwerpen.
September 1997 - juni 1998	"Natuurgeneeskunde" bij Jes Schalkwijk.
1997	"Medicinaal koken" bij Kyoko Onishi.
September 1997 - juni 1999	"Orthomoleculaire Geneeskunde" bij Walter Faché.
1998	"Lichaamsenergie" bij Gerard Heijnen.
Juli 1999 - december 1999	"Art of life School, level I, II en III" aan het Kushi Instituut Amsterdam + verschillende studieweekenden en zomerkampen.
2000	"Geneeskunde met de natuur mee" bij Rik Vermuyten + verschillende studieweekenden rond natuurlijke geneeskunde.
September 2000 - juni 2001	"Basisjaar Chinese Geneeskunde" aan de Qing-Bai Academie.
November 2002	"Hoe versterken we onze immuniteit" aan The Natural Cookery School bij Montse Bradford.
April 2004	"The art of cooking : Discharging, spring cooking" bij Warren Kramer.
Juni 2004	"Women's Health and Vitality " aan het Kushi Instituut Amsterdam.
2005	"Macrobiotic Leadership Program" aan het Kushi Instituut Amerika.
Juni 2007	"Advanced Macrobiotic Training for Counselors" bij David Briscoe.
Juli 2007	"Medicinale privekooklessen" bij Jeanne Van Den Heuvel.
2007 - 2008	"Macrobiotic Counselor Training" aan het Kushi Instituut Amerika.
September 2007 - mei 2009	"Training voor Healers" bij Tom Monte.

Juli 2009	"Ayurvedische voedingsleer" bij Marijke de Waal Malefijt.
Voorjaar 2011	"Stoelganganalyse" bij RP-Vitamino.
Najaar 2012	"Orthomoleculair Gewichtsconsulent" bij Cora De Fluiten.
September 2014	"Voeding volgens de vijf elementen" bij Jutta Koehler.
2014	"Chinese voedingsleer" aan het OCTG.
2015	"Metabolic Typing" bij William Wolcott en Birgit Venetz.

Verschillende zomerkampen en kookopleidingen bij o.a. Katrien Cocquet, Jeanne van den Heuvel, Mieke Pieters, Montse Bradford.