Η Αγλαΐα Ζαφειρούδη είναι μέλος ΕΕΠ του Τμήματος Επιστήμης Φυσικής Αγωγής & Αθλητισμού του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας και διδάσκει «Κινητική Αναψυχή: Γιόγκα, Πιλάτες, Σύγχρονος Χορός». Είναι κάτοχος Διδακτορικού διπλώματος στην Άσκηση και Ποιότητα Ζωής, Μεταπτυχιακού διπλώματος στην Ανθρώπινη Απόδοση και Υγεία και Μεταπτυχιακού διπλώματος στην Εκπαίδευση στον Χορό. Τα ερευνητικά της ενδιαφέροντα εστιάζουν στην επίδραση και τα οφέλη της συμμετοχής σε δραστηριότητες ελεύθερου χρόνου (Leisure sciences) κι αναψυχής (Recreation) με έμφαση σε χορό, πιλάτες, γιόγκα και κινητικές δραστηριότητες στη φύση. Έχει δημοσιεύσει περισσότερα από 90 άρθρα σε επιστημονικά περιοδικά με σύστημα κριτών, είναι μέλος συντακτικής επιτροπής και κριτής επιστημονικών περιοδικών. Συγγραφικό της έργο και επιστημονικά άρθρα έχουν παρουσιασθεί σε πολλά διεθνή συνέδρια. Είναι επιστημονική υπεύθυνη και συμμετέχει σε ερευνητικά προγράμματα που αφορούν την κίνηση και τον αθλητισμό. Έχει συγγράψει, μεταφράσει κι επιμεληθεί 10 βιβλία και κεφάλαια σε βιβλία που αφορούν τα αντικείμενα του ελεύθερου χρόνου και της αναψυχής, γιόγκα, πιλάτες και χορού σε παιδιά κι ενήλικες. Παράλληλα σχεδιάζει και υλοποιεί εκπαιδευτικά προγράμματα στο Κέντρο Επιμόρφωσης και Διά Βίου Μάθησης του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας. Αποτελεί ιδρυτικό μέλος του Εργαστηρίου του ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας «Εφαρμοσμένες Επιστήμες Ελεύθερου Χρόνου: Φύση, Σπορ, Τέχνες» και είναι υπεύθυνη για τη διοργάνωση κι επιμέλεια καλλιτεχνικών πρότζεκτ. Είναι επίσημο ενεργό μέλος κι εκπαιδεύτρια σε 12 επαγγελματικές οργανώσεις στα αντικείμενα γιόγκα, πιλάτες, modern theater dance, στην Ελλάδα και στο εξωτερικό. Διαθέτει πολύχρονη εμπειρία στη διδασκαλία και στην επιστημονική καθοδήγηση προγραμμάτων σε σχολές χορού και στούντιο πιλάτες-γιόγκα. Έχει λάβει μέρος σε περισσότερες από 40 διεθνείς και εθνικές διοργανώσεις χορού και γυμναστικής. Συμμετέχει ως performer και χορογραφεί παραστάσεις εναέριου σύγχρονου χορού. Στα ενδιαφέροντα της περιλαμβάνονται το θέατρο και ο κινηματογράφος ενώ συμμετέχει σε διαφημιστικά σποτ και ταινίες σχετικά με την προώθηση του τουρισμού μέσω δραστηριοτήτων αναψυχής.