



Yogatherapeutischer Einzelunterricht

17 Termine, ab Montag, 7. Sep 2026, 08:30 - 13:00 Uhr

Yogatherapeutischer Einzelunterricht

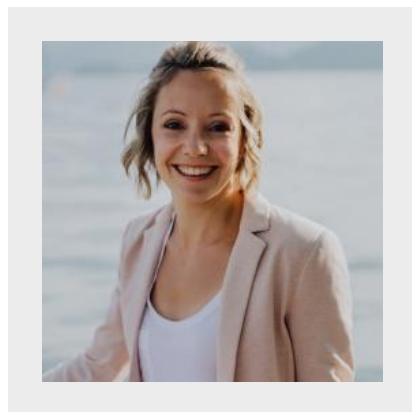
Yogatherapie ist die gezielte Anwendung von Yoga-Techniken wie gesundheitsfördernden Körperhaltungen, Atemübungen und mentalen Methoden zur Linderung körperlicher und psychischer Beschwerden. Die Übungen werden individuell an den Menschen und seine persönlichen Bedürfnisse angepasst und unterstützen die natürlichen Selbstheilungskräfte.

Voller Wertschätzung und Wohlwollen biete ich dir einen geschützten Raum, in dem alles sein darf. Ich begleite dich achtsam auf deinem Weg und entwickle gemeinsam mit dir einen individuellen Übungsplan, der auf deine Bedürfnisse, Möglichkeiten und deinen Alltag abgestimmt ist. So erhältst du wirksame Impulse, die du nachhaltig und selbstwirksam in deinem Leben integrieren kannst.

Jeden Montag, von 08:30 bis 13:00! Einfach Termin vereinbaren!

„Schön ist eigentlich alles, was man mit Liebe betrachtet.“

— Christian Morgenstern



Cornelia
Sterner-Zahrnhofer

Anmeldung:

Cornelia Sterner-Zahrnhofer
office@yococo.at
0680/2311100
www.eisenbergerhof.at

Preis:

€ 80,-/ 60 Minuten



Begegnung & Gesundheit
Eisenbergerweg 45, 8045 Weinitzen

