

Yoga kann jeder !



Jeder Mensch, ob dick oder dünn, beweglich oder unbeweglich, klein o. groß, mit Einschränkungen oder ohne, jung oder alt kann Yoga praktizieren.

Denn:

Der Mensch soll nicht an den Yoga angepasst werden; der Yoga soll an den Menschen angepasst werden!

Dies ist möglich durch:

- Berücksichtigung der individuellen Möglichkeiten der einzelnen Teilnehmer/innen
- Kleine Gruppen (max. 10 Personen)
- keine Orientierung an aktuellen „Yogatrends“ und religiösen oder esoterischen Inhalten
- zahlreiche Weiterbildungen und eigene Yogapraxis (seit über 15 Jahren)

Kursangebot:

- Yoga
- Kinderyoga
- Pilates
- Gruppenunterricht
- Einzelunterricht
- Seminare



Einheit & Harmonie

Petra Karbach

Yogalehrerin (BYV)
Kinderyogalehrerin (Tripada)
Pilates-Kursleiterin



www.yoga-bendorf.de

Dieter-Trennheuser-Str.7
56170 Bendorf

Tel: 02622 / 90 71 865