



 **ARTS OF YOGA**

yogatherapie

yogatherapie

Yogatherapie oder auch Yoga in der Einzelstunde, kann für den Teilnehmer eine Anfangsmöglichkeit, aber auch eine Vertiefung der bereits erlernten Techniken sein. Es geht darum, einzelne Asanas genauer anzuschauen, Wirkweisen zu erläutern, Atemtechniken zu intensivieren und eventuell entstandene Fragen oder Unklarheiten individuell zu besprechen. Alte Muster in Haltung und Beweglichkeit, Erkrankungen und Schmerzen, können im Einzelgespräch besser angesprochen, erkannt und bearbeitet werden.

Unser Leistungsangebot: Yogatherapie
 NUAD
 Personaltraining

Termine nach Vereinbarung

ARTS OF YOGA | Ensingerstraße 5 | 89073 Ulm
Telefon: 0731.7187589 | Mobil: 0163.9664315
Email: info@artsofyoga.de | www.artsofyoga.de



Anja Schneller
Yogalehrerin - Yogatherapeutin
Kinderyogalehrerin - Ergotherapeutin