



❖STUDIO YOGABRIEL❖

Yoga • Pilates • Gesundheitsmanagement



Gruppenlektionen Power-Lunch und abends

Workshop Yoga & Pilates – Samstag und Sonntag

Personal Training Studio 1 zu 1 / Studio 1 zu 2

Yoga für Kinder Studio 1 zu 1 / Studio 1 zu 2

Pilates für SeniorInnen Studio 1 zu 1 / Studio 1 zu 2

Aktivferien Swiss Mountain Retreat im März www.yogabriel.ch

ActiveDays Yoga & Fitness an Pfingsten www.activedays.ch

Pure-Retreat Yoga & Pilates im Oktober www.pure-retreat.ch

Gesundheitsmanagement

Individuelle Terminvereinbarung

***BFK**

Bewegung, Freiheit, Wohlbefinden

Ernährungsberatung

Bewusstsein im täglichen Ernährungsprozess

Personal Training 1 zu 1 / 1 zu 2

Gesundheitsförderung und Prävention

Bewegungstestübungen *BFK

Trainingskonzeption und Diagnostik

*** Studio Yogabriel**

Beethovenstrasse 49 / 4. Stock, 8002 Zürich

079 352 46 60, info@yogabriel.ch, www.yogabriel.ch