

Yoga oder LoYoga

Im geräumigen und hellen Studio Yogabriel an der Beethovenstrasse 49 in Zürich, empfangen Sie in einer offenen und geordneten Atmosphäre.

Unabhängig davon ob Sie Anfänger/in oder Fortgeschrittene/r mit Yogaerfahrung sind.

Gerne erschaffen wir zusammen die Yogaübungen stetig neu.

Jede/r ist willkommen.

Mein Kurs findet momentan in den frühen Morgenstunden am Montag statt, also ein perfekter Start in die Woche.



Als Beispiel:

Der «Kopfstand» äussert eine grazile, klare und durchaus ästhetische Formgestalt. Ähnlich wirkt er auf das Bewusstseinsleben: Zentrierend, formbildend, stabilisierend. Eine Yogaübung besitzt eine spezifische Qualität und Dimension, die der Mensch entdecken und erforschen lernen kann.

Jedoch arbeiten wir zusammen daran

Über mich:

Als Drogist HF interessiere ich mich schon seit langem für die ganzheitliche Gesundheit des Menschen und seine Selbst Erkräftung.

Durch eine langjährige Praxis des Hatha Yoga wurde mein Interesse am Yoga immer grösser. Eine Ausbildung dazu begann ich an der Paracelsus Schule in Zürich im Jahr 2019, die durch ein zusätzliches Studium an der Yoga Akademie von Heinz Grill in Lundo (Italien) schliesslich im Jahr 2023 beendet wurde. An dieser ich seither stetig Weiterbildungen besuche.

Anmeldung unter: lorenztobler@bluewin.ch oder per WhatsApp 078 790 81 06

Montag: 7.00-8.00 Uhr

Ort: Beethovenstrasse 49, 4.Stock, 8002 Zürich

Preise für Gruppenlektionen:

30.- pro Lektion, Abos: 10er (270.-), 20er (500.-)

Einzelstunden oder Meditationsstunden auf Anfrage.

Alle Abos sind 365 Tage gültig und persönlich nicht übertragbar. Zahlung per Twint, Banküberweisung oder Bar möglich.

Die AGB orientieren sich an den AGB von Yogabriel: <https://www.yogabriel.ch/agb.html>