

Studio Yogabriel

Yoga · Pilates · Kohärenz Coaching

Yogatherapie · Personal Training

Beethovenstr. 49 / 4. OG

8002 Zürich

079 352 46 60



Gabriel Vecellio

Liebe Geschäftsleute, Sporttreibende, Seniorinnen und Senioren

Als Yogalehrer & Therapeut – mit meiner Erfahrung helfe ich dir, deine Gesundheit zu stärken und dein Wohlbefinden zu verbessern.

Yogalehrer

In meiner Yoga-/Pilates-Gruppe findest du einen Ort, um Körper und Geist zu stärken und in Gemeinschaft deine Gesundheit zu fördern.

Als Yogatherapeut mit der Spezialität Manual-Therapie biete ich eine ganzheitliche Behandlung:

Kombiniere gezielte manuelle Techniken zur Mobilisierung und Behandlung von Gelenken und Verspannungen mit yogatherapeutischen Übungen speziell für den Bewegungsapparat und die Wirbelsäule. So unterstütze ich die Verbesserung der Beweglichkeit, die Linderung von Schmerzen und Verspannungen sowie die Stabilisierung der Körperhaltung. Zusätzlich integriere ich Ernährungsberatung, Schwangerschaft, Migräne und Strategien für ein gesünderes Leben und Arbeiten, um dein Wohlbefinden ganzheitlich zu fördern.

Diese Kombination aus manueller Therapie und Yogatherapie ermöglicht eine besonders wirksame und individuelle Begleitung bei Beschwerden und zur Prävention.

Retreats

In meinen Retreats erwartest dich eine ganzheitliche Auszeit mit Yoga, Entspannung und individueller Betreuung – um Körper, Geist und Seele nachhaltig zu stärken und neue Lebensfreude zu finden.

Raumvermietung

Im Studio Yogabriel kannst du einen hell und liebevoll eingerichteten Raum für Yoga, Pilates und mehr mieten – perfekt für deine Kurse, Workshops oder Gruppen, mit flexiblen Zeiten und umfassender Ausstattung.

Studio Yogabriel

Yoga/Pilates-Gruppe

info@yogabriel.ch

Praxis Yogabriel – Individuelle Termine

Einzeltherapien mit
Yoga/Pilates, Beratungen,
therapeutischer Hilfe und
Manual-Therapie
info@yogabriel.ch

Webseite

www.yogabriel.ch

Kontaktformular

www.yogabriel.ch/formular.html