

Studio Yogabriel

Yoga · Pilates · Kohärenz Coaching
Yogatherapie · Personal Training

Gesünder Leben – gesünder Arbeiten



Jeweils Juni – September beim Museum Rietberg

Themen die bewegen: Wirbelsäulendrehungen / Beckenaufrichtung

Donnerstags, von 18:30 bis 20:00 findet jeweils das «Yoga Summer Special» im Rieterpark statt. Geniessen können wir die frische Luft, den Ausblick auf den Zürichsee und die prächtigen Bäumen im schönsten Park in Zürich.

Toller Platz für Yoga und Meditation fern urbaner Hektik, um den Feierabend entspannt erleben zu können. Erholende 90-minütige Yogalektion mit den Themen die bewegen, damit auch die Schwachpunkte im Körper behandelt werden. Pure Entspannung, nachdem wir uns über die Asanas (Körperstellungen) in die Tiefe streckten, die Atmung entfachten und das Wohlbefinden spürbar machten.

An diesem «Yoga Summer Special» üben wir Hatha Flow Yoga sowie Partnernyoga, damit wir mit Hilfe des Partners tiefer in die Übungen absinken können.

Yogabriel freut sich, mit dir den Sommer jeweils am Donnerstagabend zu verbringen. Bei schlechter Witterung treffen wir uns um 18:00 im *Studio Yogabriel*.

Die Location

Das Museum Rietberg mit seinen drei Villen aus dem 19. Jahrhundert liegt mitten im schönsten Park der Stadt Zürich, dem Rieterpark. Im Herzen der weitläufigen Gartenanlage steht die 1857 im Auftrag von Otto und Mathilde Wesendonck erbaute Villa. Otto Wesendonck führte von Zürich aus seine international tätige Seidenhandelsfirma und seine Frau Mathilde verstand es glänzend, ein gastfreundliches, für eine Vielzahl von Künstlern, Intellektuellen und Wissenschaftlern offenes Haus zu führen. Besonders eingenommen waren die Wesendoncks vom Komponisten Richard Wagner, der schon seit 1849 in Zürich weilte. Sie stellten 1857 dem Komponisten und seiner Frau Minna in unmittelbarer Nähe ihrer neuen Villa ein Haus zur Verfügung (heute Villa Schönberg), das Wagner sein «Asyl auf dem Grünen Hügel» nannte. Zwischen der jungen Mathilde Wesendonck und dem Komponisten entwickelte sich eine innige Freundschaft. Mathilde Wesendonck hat Wagner – glaubt man den glühenden Briefen und Liebesbeteuerungen, die er während seines sechzehnmonatigen Aufenthalts auf dem «Grünen Hügel» an sie geschrieben hat – völlig in ihren Bann gezogen. Inspiriert von dieser Liebe vollendete er die Urschrift von «Tristan und Isolde» und brachte den ersten Akt dieser Oper zu Papier – eine Sternstunde der europäischen Musikgeschichte!



Anmeldung

Kontaktformular unter www.yogabriel.ch, info@yogabriel.ch oder 079 352 46 60

Namasté

Gabriel

Studio Yogabriel

8002 Zürich | 079 352 46 60 | info@yogabriel.ch | www.yogabriel.ch