



BE YOU
YOGA & SOULCARE



together we grow



unser Angebot

YOGA – für alle

Yoga – eine wundervolle Quelle der Inspiration und Lebensfreude. Bewusster Atem, Hingabe und Genuss, mit beiden Füßen gut geerdet auf dem Boden stehen, ein tiefes Vertrauen spüren und einfach bei sich sein, das ist was Yoga uns gibt – komm und genieße mit uns, wir freuen uns auf dich.

NIYAMA Coaching

Vertraue deinem inneren Licht, nimm deine dunkle Seite an und entdecke deine magische SUPERPOWER! Gewinne mehr Harmonie und Selbstvertrauen durch deine persönliche Neuausrichtung. Habe Mut für dich einzustehen, liebevoll und mit viel Geduld deinen ganz eigenen Weg zu gehen. Wir freuen uns, gemeinsam mit dir diesen Prozess zu beschreiten. Für Jugendliche und Erwachsene.

THAI YOGA Massage

Thai Yoga Massage ist eine ganzheitliche Körperarbeit und wirkt wie sanfte Medizin, welche alle Schichten unseres Seins berührt, bewegt und harmonisiert. Das langsame Einsinken in das Gewebe beruhigt das Nervensystem und führt Körper und Geist in eine tiefe Entspannung und Regeneration.

www.beyou-yoga.ch | hello@beyou-yoga.ch