

Yoga

in der Ballettschule im Hofgarten



Bianca Bria

Yogalehrerin Berufsverband der
Yogalehrenden in Deutschland e.V. (BDY)

Montags, 10:30 Uhr

Namaste!

Mein Name ist Bianca und ich bin seit 2022 als Hatha- und seit 2024 Yogalehrerin als Somatic Sense tätig. Mit meiner langjährigen eigenen Erfahrung und meiner Leidenschaft für Yoga möchte ich Menschen dabei unterstützen, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Während meiner eigenen inneren Reise durfte ich viele unterschiedliche Tools lernen, die zu einer Nervensystem Stabilisierung führen.

Diese möchte ich alle in meiner Yogapraxis integrieren. Diese einzigartige Erfahrung hat meinen Unterricht geprägt und mir geholfen, eine ganzheitliche Herangehensweise an Yoga zu entwickeln.

Diese Kombination aus Yoga, innigerem Wissen und Coaching ermöglicht es mir, meine Schülerinnen und Schüler auf einer tieferen Ebene zu unterstützen und ihnen zu helfen, ihre persönlichen Ziele zu erreichen. Als Mensch mit über 50 Jahren Lebenserfahrung verstehe ich die Herausforderungen, vor denen wir im Laufe unseres Lebens stehen. Mein Coaching-Ansatz ist darauf ausgerichtet, Menschen dabei zu helfen, ihr volles Potenzial zu entfalten und ein erfülltes Leben zu führen. Ich lade dich herzlich ein, an meinen Kursen teilzunehmen und eine Reise der Selbstentdeckung und Transformation anzutreten. Lasse uns gemeinsam den Weg zu innerem Frieden, körperlicher Stärke und mentaler Klarheit erkunden.

