

Bewegung
kann soviel mehr als nur
Fitness und Prävention sein.

Bewegung geführt durch den Atem
und gekoppelt an einen mentalen Fokus
ist Therapie.

KomplementärTherapie

Methode Yoga Therapie

Bewegung Atem Fokus



Sie gelangen zu
Selbstgestaltungs-
kräften und
entdecken weitere
Handlungs- und
Lebensspielräume.

Sie verbessern
Wohlbefinden und
Lebensqualität.

**Wir orientieren uns an dem was ist
und an dem was werden kann.**

Wir nutzen
positive Erfahrungen
und entwickeln
gemeinsam
Lösungen.

079 486 19 91

Wir erfassen
ganzheitlich und
setzen Impulse mit
Körper-, Atem- und
mentalenen Übungen.

Monika Schuler
KomplementärTherapie
Methode Yoga Therapie
schwerpunktyoga.ch