

- spezielles Rücken-Yoga
- Herz-Yoga
- Hormon-Yoga
- Faszien-Yoga
- Senioren-Yoga
- Yoga-Einzelstunden auf Anfrage



karuna yoga

Claudia Maria Schnitzer
zertifizierte Yogalehrerin

Friedrich-Ebert-Str. 3
83059 Kolbermoor
Tel. 08031-95700
Mobil: 0172-2813891

Ihr Yoga- und Gesundheitsstudio in Kolbermoor im Landkreis Rosenheim

Ich freue mich, dass Du hier bist!

Ich bin "Karuna" - mit bürgerlichem Namen Claudia Schnitzer - und ich unterrichte medizinisches Yoga in der Tradition "**shivananda**" in meinem Studio in Kolbermoor im bayerischen Alpenvorland (oberbayerischer Landkreis Rosenheim).

Medizinisches Yoga heißt spezielles Rücken-Yoga, Herz-Yoga, Hormon-Yoga, Faszien-Yoga, Senioren-Yoga, Entspannungstraining. Yoga-Einzelstunden auf Anfrage.

Ich zeige Dir einen Weg, DEIN medizinisches Yoga zu finden - gerade wichtig, wenn Du ein spezielles gesundheitliches Anliegen ans Yoga stellst.

Du hast noch keine Yoga-Erfahrung? Kein Problem, egal, ob Du Anfänger bist und mit mir die ersten Schritte gehen möchtest oder schon Fortgeschrittener bist, ich zeige Dir einen Weg, wie Du mit dem Körper sanft und effektiv umgehen kannst. Und somit mehr als Wohlbefinden erfährst und Du auch zurück zur Gesundheit finden kannst. **So kommst Du in Einklang von Körper - Seele - Geist.**

Ich arbeite eng mit Schulmedizinern zusammen, um optimal Deine Gesundheit erhalten und präventiv beraten zu können.

Bei **Karuna-Yoga** entdeckst Du in privater Atmosphäre und unter sorgfältiger Anleitung Deine innere Stille wieder, baust Alltagsstress ab und aktivierst Deine Gesundheit. Ob in Einzel- oder Gruppensitzungen helfe ich Dir dabei. Gerne stelle ich Dir **Deinen persönlichen Yogaplan** zusammen. **Lass uns Deinen Yoga-Gesundheitsweg finden!**

Schaue Dich auf den folgenden Seiten um, gewinne einen ersten Eindruck von mir und meiner Arbeit und nimm Kontakt auf. **Ich würde mich freuen, Dich persönlich in meinem Studio am Kanal kennenzulernen.**

Deine Karuna, Gesundheits-Therapeutin und Yogalehrerin

