

UNSERE YOGA LEITER:INNEN



CAROLINA BAUMANN-TAPPRICH

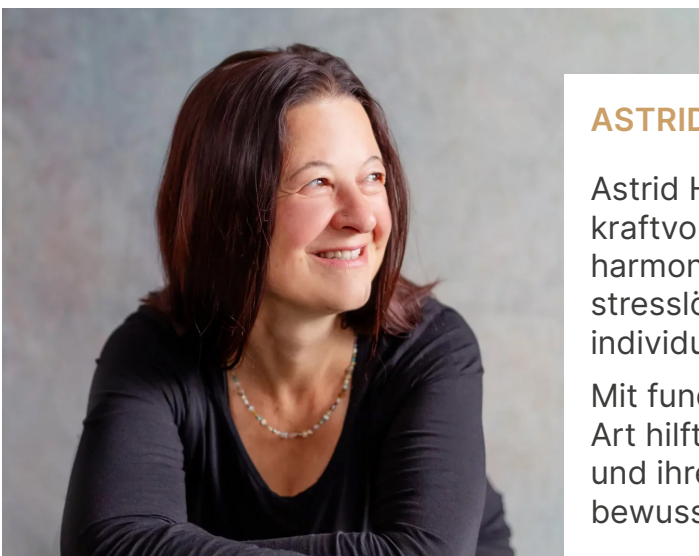
Carolina Baumann-Tapprich verbindet Atem, Bewegung und innere Ruhe in ihren Yogaeinheiten, die seit 2001 Menschen inspirieren. Ihre fundierte Ausbildung und jahrelange Erfahrung ermöglichen es ihr, Yoga individuell und einfühlsam zu vermitteln.

Ob für Einsteiger:innen oder Fortgeschrittene, Carolinas Fokus liegt auf Balance, Eins-Sein und persönlichem Wachstum in einer kleinen, entspannten Gruppenatmosphäre.

BRYAN PORTMANN

Bryan Portmann ist Yogalehrer und Yoga-Therapeut (KT), der mit dynamischem Synergie Yoga begeistert. Seine Einheiten fördern Beweglichkeit, Energiefluss und mentale Balance, mit einem besonderen Fokus auf die Wirbelsäule.

Präzise anatomische Kenntnisse, klare Anleitungen und ein humorvoller Unterrichtsstil zeichnen ihn aus – ideal für alle, die Yoga als ganzheitlichen Ausgleich erleben möchten.



ASTRID HAAS

Astrid Haas begeistert mit ihrem achtsamen und kraftvollen Yogaunterricht, der Körper und Geist harmonisiert. Ihre Einheiten kombinieren sanfte, stresslösende Übungen mit stärkenden Flows, die individuell angepasst werden.

Mit fundiertem Wissen und ihrer empathischen Art hilft Astrid den Teilnehmenden, Ruhe zu finden und ihre eigene Mitte zu stärken – ideal für eine bewusste Auszeit.