

Melde dich jetzt an!

info@yoga-selvatica.de

+ 49 0 17692347499

www.yoga-selvatica.de

Glacisweg 4, 79098 Freiburg



Ich freue mich auf dich



Mitglied
Freie Heilpraktiker e.V.
Berufs- und Fachverband

Laura Formento

- Heilpraktikerin
(Freie Heilpraktiker e.V. Verband)
- Yogalehrerin (BYV – BYVG – BYAT)
- Leiborientierte Tanz- und
Bewegungstherapeutin (Pract.) i. A.



Atme und finde dein Gleichgewicht.

Wie ein lebendiger Wald voller Vielfalt und Diversität ...

... bietet dir „Yoga Selvatica Praxis“ die Möglichkeit Stress und Beschwerden abzubauen, innere Ruhe, Gelassenheit und Leichtigkeit zu erreichen, die Gegenwärtigkeit zu akzeptieren.

Heilsame Wege erkunden und finden.

Mehr Vitalität und Lebensfreude in deinen Alltag einladen.

Dich kreativ und bewusster weiterentwickeln!



Deine Vorteile

- Kleingruppen
- Optimale Begleitung
- Online/in Präsenz

Finde dein Gleichgewicht

- Körperwahrnehmung und Selbstfürsorge über Atem- und Körperarbeit – die transformative Kraft von Yoga und die kreative Bewegung und Ausrichtung von Body Alignment (Ideokinese)
- Stressbewältigung, Entspannungstechniken, Meditation
- Prozessorientierte Begleitung
- Hatha Yoga für Anfänger*innen und Wiedereinsteiger*innen
- Yoga für Schwangere
- Yoga mit Baby und Babymassage
- Yin Yoga und Entspannung

Kranken-
kassen-
gefördert!



Einzelbegleitung

- Holistische Behandlung: von Yoga über die körperorientierte kreative Therapie bis zur Naturheilkunde
- Vitalpunkte (Marma) Massage – Schröpfkopfmassage – wIRA-Therapie (Wärmetherapie) – Akupressur nach TCM – Gua Sha – Access Consciousness Bars® – Bach Blüten – Pflanzenheilkunde – Homöopathie