

Testimonial für Eveline Fugger

Völlig unbedarft und neugierig bin ich vor 10 Wochen zu Business-Yoga gegangen.

Gleich in der ersten Stunde habe ich gemerkt, wie gut mir das tut. Entspannung am Anfang und intensives Spüren des eigenen Körpers.

Die Yoga-Übungen sind genial, das Beste was seinem Körper tun kann – dehnen, strecken, verdrehen, Körperspannung halten, denn das sind genau die Bewegungen, die wir im Alltag nicht tun.

Entspannte Muskeln hinterlassen auch ein entspanntes Gehirn und letztendlich entspannte Gedanken.

Ich freue mich immer auf Montag, der in einer so angenehmen und entspannenden Intensität ausklingen kann.

Liebe Eveline, herzlichen Dank dafür wie du diese 1 ½ Stunden gestaltest – ruhig, mit Charme, Herzlichkeit, Spaß und hoher Professionalität und Wissen!

Danke Dir!



Martina Ertl

MAG.
MARTINA
ERTL

Kinesiologie &
Coaching

Mobil: 0664-5427118

martina-ertl@aon.at