

Yoga im Studio | online via Zoom | oder per Video-Link

Meine kommenden Yoga-Einheiten ab September kannst du im Studio besuchen, aber gerne auch online via Zoom von zuhause aus oder per Youtube-Video-Link im Nachhinein.

Im Studio – Corona-Maßnahmen

Im Studio habe ich die Teilnehmerzahl auf 10 Personen herabgesetzt. Grundsätzlich gibt es keine Einschränkungen, was Yoga betrifft, dennoch möchte ich dir auch während der Einheiten den uns nun schon bekannten Abstand ermöglichen. Wir werden lüften und du nimmst dein eigenes Equipment mit. Desinfektionsmittel werde ich bereit stellen und wir können auch die Maskenregelung beibehalten. Wenn du deinen Platz eingenommen hast, kannst du die Maske natürlich abnehmen.

Via Zoom von zuhause aus

Wenn du die Annehmlichkeit genießen möchtest, von zuhause aus an meinen Einheiten teilzunehmen, dann soll dir auch das möglich sein. Die Handhabung des Kommunikations-Tools Zoom ist sehr einfach und ich habe dafür gesorgt, dass du mich gut sehen und hören wirst. Du bekommst von mir einen Link, über den du dich einwählen kannst. Dazu benötigst du Internet, ein Telefon oder einen PC bzw. einen Laptop.

Yoga via Video-Link

Ich nehme die Einheiten im Studio auf und stelle sie dir per Video-Link für eine Woche zur Verfügung. Das hat den Vorteil, dass du ganz ungebunden von Zeit und Ort mit mir praktizieren kannst – und das sogar mehrmals die Woche.

Kontaktiere mich gerne, wenn du Fragen hast per Mail oder Telefon!

Ich freu mich auf unsere gemeinsamen Einheiten!

Herzlich,
Christina