

Neue Angebote im Yokischaya

Zentrum für inneren Frieden und Entspannung nun ein Jahr in Welper

Am 01.09.24 ist Yokischaya, das Zentrum für inneren Frieden und Entspannung, von Jyoti Sonja Michaely nun ein Jahr in Hattingen-Welper.



Seitdem ist es nicht nur räumlich, sondern auch in seinen Angeboten gewachsen. Claudia Heusner, Heilpraktikerin und Expertin im Bereich psychosomatische Craniosacrale Therapie/Osteopathie und Frauenheilkunde, ist mit ihrer Praxis eingezogen.

Neben den bisherigen

Yogakursen, Workshops und auf Beschwerden ausgerichteten Yogastunden (z.B. Yoga bei Magen-Darm-, Lungenerkrankungen, Burn-out, Herz- und Rückensymptomatik) bietet Sonja Michaely nun auch individuelle Stunden in Yin Yoga, Hormonyoga, bei Endometriose und Traumata an. Der Fokus liegt inzwischen auf den Einzelstunden, um besser auf die individuellen Problemstellungen der Kunden eingehen zu können, erklärt sie. Durch ihre 20 jährige Unterrichtserfahrung kann Sonja Michaely flexibel und individuell auf ihre Kunden eingehen. „Das ist auch für mich erfüllend zu sehen, wie sich die Probleme bei den

In der Zeit vom 9.-13.09.24 gibt es auf alle
Massagen und Yoga Einzelstunden 10% Ermäßigung.

Kunden verbessern oder im Idealfall sogar komplett auflösen“, freut sich die Inhaberin. Alle Angebote verstehen sich als sinnvolle Ergänzung zur ärztlichen Behandlung.

Mittlerweile gibt es zahlreiche wissenschaftliche Studien, die die positive und unterstützende Wirkung von Yoga belegen.

So weisen z. B. Dr. Peter Levine und Bessel Van der Kolk, beide Spezialisten im Traumata Bereich, auf die positive Wirksamkeit des Yogas hin.

Wer übrigens auf der Suche nach einem Raum für Einzelbehandlungen und Einzelsitzungen oder Gruppenangebote ist, darf sich gerne melden. Es sind noch Kapazitäten frei.

Vielleicht heißt es dann zum zweiten Geburtstag „Yokischaya ist weiter in seinen Angeboten gewachsen“...

Foto: JN



Entspannung und Kraftschöpfen im Alltag?
Yokischaya macht es möglich.

Ayurvedische Massagen, Reiki, Yoga in all seinen Facetten

Jyoti Sonja Michaely • 02324/346840 • kontakt@yokischaya.de
Marxstr.77-79 • 45527 Hattingen • www.yokischaya.de