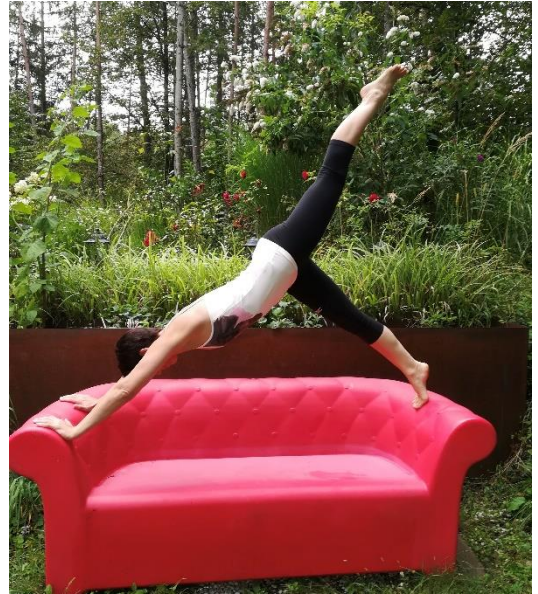


Mein Name ist Andrea Weyer und Yoga begleitet mich schon viele Jahre.

2019 begann ich meine Ausbildung mit dem Instructor für Bodybalance.

Meine Yogalehrerausbildung habe ich 2019/20 in Wels absolviert.

2021 machte ich die Ausbildung für InsideFlow.



Ich unterrichte Inside Yoga, ein kraftvolles und innovatives Yoga mit fließenden Elementen und musikalischer Untermalung.

Inside Yoga arbeitet mit genauer Ausrichtung in der Körperarbeit, verbindet Körper und Geist und schafft damit Raum für Selbstreflexion, die dich auf eine spannende Reise zu dir selbst schickt.

Die Kombination von Yoga und Musik macht es leichter, eine Verbindung zum Herzen entstehen zu lassen. Gepaart mit dem Atemfluss entsteht die Verbindung von Körper und Geist beinahe wie von selbst.

Yoga bedeutet für mich...

...mich in meinem Körper zu Hause zu fühlen...eine Auszeit im Alltag...  
Entspannung im Kopf...

*Man kann den Wert von Yoga nicht beschreiben,*

*man muss ihn erfahren*

B.K.S. Iyengar