

mindful.yoga. life

Das mindful.yoga.life ist ein Ort für dich. Um noch besser auf deine Bedürfnisse eingehen zu können, möchten wir gerne wissen, was genau dich interessiert, dir hilft und dich bewegt. Wir würden uns freuen, wenn du uns ein paar Fragen beantwortest, gerne auch anonym.

1. Das ist der „Mehrwert“, den ich aus der Yogastunde mitnehme:
2. Diese Verbesserung hat mir das Yoga bereits geschenkt:
3. Diese Verbesserung durch das Yoga wünsche ich mir noch:
4. Diese Übungen (Asanas/Pranayama) sind besonders wertvoll für mich, weil...
5. In diese Themen möchte ich gerne beim Yoga tiefer eintauchen:
6. Dieses Ziel strebe ich durch meinen Besuch im mindful.yoga.laboe an:

Danke für dein Vertrauen und dein Mitwirken!
Von Herz zu Herz, Jenna