

Namasté und herzlich willkommen bei



„Yoga ist ein Leben im Jetzt.“

*„Lerne loszulassen.
Das ist der Schlüssel zum Glück.“*

(Buddha)

Mein Name ist Helga Veit.

Ich bin in Oberkirch geboren, kaufmännische Angestellte, verheiratet und habe 2 erwachsene Kinder. Aus gesundheitlichen Gründen bin ich 2009 zum Yoga gekommen. „Zum Glück“

Ich war so sehr vom Yoga beeindruckt, dass ich 2012 eine Yogalehrerausbildung bei der Yoga-Akademie-Baden begann, die ich 2014 erfolgreich abschloss.

2015 absolvierte ich die Ausbildung zur Yogatherapeutin an der Yoga Akademie Freiburg. Zusätzlich nahm ich 2015 an einer Fortbildung Yin – Yoga und 2016 an einer Fortbildung Faszien - Yoga teil.

Ich unterrichte Grundstufe, Yoga sanft (Wirbelsäule-Gelenke) und Mittelstufe bei Ortenau Yoga.

Mein Wunsch ist, vielen Menschen das weiter zu geben was ich für mich selbst gefunden habe.

Wer Lust hat, kann jederzeit kostenlos an einer Schnupperstunde teilnehmen.

Helga

So erreichen Sie mich:

Helga Veit, Yogalehrerin (YAB)

und Yogatherapeutin (YAF)

Telefon: 07843 - 995503

Mobil: 0172 - 3474808

Helga@ortenau-yoga.de