

Namasté und herzlich willkommen bei



*„Yoga ist ein ganzheitlicher Weg,
um Heilung, Gesundheit, Kraft und
Liebe zu erlangen.“*

Mein Name ist Ingrid Villing.

**Ich bin 1964 geboren, verheiratet und habe drei erwachsene Kinder.
Im Kindergarten arbeite ich halbtags als Erzieherin im Krippenbereich.**

**Vor vielen Jahren kam ich auf den Yogaweg und erkannte für mich die heilsame Wirkung auf
körperlicher, seelischer und geistiger Ebene.**

**Von 2012 bis 2014 habe ich die Yogalehrerausbildung bei der Yoga-Akademie-Baden gemacht und
noch viele Erkenntnisse für mich erlangen dürfen.**

**Mir ist es ein Anliegen, Menschen zu begleiten, damit sie wieder mehr ins innere Gleichgewicht
kommen sowie Harmonie und Ruhe erfahren können.**

Momentan biete ich bei Ortenau-Yoga folgende Kurse an:

„Yoga Sanft“ und „Yoga für den Rücken“.

Rufen sie mich an oder kommen sie zum praktischen Üben vorbei.

Eine kostenfreie Schnupperstunde ist jederzeit möglich.

Ich freue mich darauf, sie persönlich kennenzulernen.

So erreichen Sie mich:

Ingrid Villing, Yogalehrerin (YAB)

Telefon: 07802 - 706794

Ingrid@ortenau-yoga.de