



1:1 Yoga-Sessions

Yoga genau so, wie's zu dir passt





Inhalt

Über mich	Seite 3
Zitat	Seite 4
Mein Yoga-Stil	Seite 5
Wie wir arbeiten	Seite 7
Die Preise	Seite 8
Zitat	Seite 9
Grafik	Seite 10
Kontakt	Seite 11





Über mich

Hi, ich bin Sabine.

Ich bin Wirbelwind, Zauberfee, Pippi Langstrumpf, Königin, Mentorin.
Und ich unterstütze Menschen darin, ganz in ihre Kraft zu kommen
und ihre Träume zu leben.

Ich bin einfach nur glücklich und dankbar, dass Yoga vor über 10 Jahren
in mein Leben gekommen ist. Und ich fänd's wunderbar, dich ebenfalls für
diese tolle Möglichkeit, Körper, Geist und Seele **in Balance** zu bringen,
begeistern zu dürfen.

Yoga hat mir unzählige Glücksmomente beschert.
Und ich wünsche mir dasselbe für dich.





Dankbarkeit ist
das Gefühl, wenn
sich das Herz
erinnert.

Laura Malina Seiler





Mein Yoga-Stil

Yoga meets Human Design

Mein heutiger Stil ist ein **Mix aus verschiedensten Yoga-Lehren**. Und mir ist es wichtig, dich immer genau da abzuholen, wo du grad stehst und was du am jeweiligen Tag brauchst. Hast du schon ganz viel Yoga-Erfahrung oder tauchst du grad neu ein?

Soll's intensiv und schweisstreibend sein? Oder möchtest du es eher ruhig und fließend angehen? Wie ist deine Energie gerade? Was braucht dein Körper? Und was deine Seele?

Yoga meets Human Design

Damit ich bestmöglich auf dich eingehen kann, kombiniere ich mit grosser Freude seit einigen Jahren eine weitere Leidenschaft von mir, das Human Design, mit dem Yoga.

So kann ich die Sessions auf **deinen Energietyp** als Generator, Manifestierender Generator, Projektor, Manifestor oder Reflektor anpassen.





Welcher Human Design Energie-Typ bist du?

Du kennst dich mit Human Design noch nicht aus?

Wenn du das möchtest, gebe ich dir sehr gerne am Anfang unserer gemeinsamen Yoga-Reise in einem **Mini-Reading** einen kleinen Einblick in diese besondere Welt.

Eins vorneweg: Human Design hilft dir, dich besser zu verstehen. Wie du so funktionierst und was du und dein Körper brauchen, um ganz in deiner Mitte zu sein.

Und falls du keine Hintergrund-Infos willst, auch fein. Dann lass dich einfach neugierig drauf ein.





Wie wir arbeiten

Wie wir arbeiten

Die 1:1-Sessions finden online per Zoom statt. Du kannst also ganz bequem bei dir zuhause in deine Yoga-Praxis eintauchen. Kein Fahrweg, keine fixen Stundenpläne sondern deine **eigenen vier Wände** und ein individuell auf dich und deinen Alltag abgestimmter Zeitpunkt.

Gerne gebe ich dir vor unserer ersten Session weitere Infos, was du für deine Yoga-Praxis an Hilfsmitteln brauchst. Damit du gut vorbereitet bist und dich nur noch auf die Yoga-Praxis **einlassen** kannst.

Session-Dauer

Die Session dauert zwischen **60 bis 75 Minuten**. Das hängt von deiner Tagesform und deinen Wünschen ab.

Es ist kein fixes Programm sondern eine individuell auf dich angepasste Yoga-Praxis, damit du dich rundum **wohlfühlst**.





Die Preise

Die Preise gelten pro Session à 75 Minuten
inklusive Vorbereitungszeit

Probelektion

kostenlos

5-er Abo

62.50 € | 75 Min.

312.50 €
plus MwSt

10-er Abo

56.25 € | 75 Min.

562.50 €
plus MwSt

20-er Abo

50.00 € | 75 Min.

1'000.00 €
plus MwSt

Preise per Oktober 2022

Falls du an einem Human Design Mini-Reading (30 Min.)
interessiert bist, kannst du das gerne für 80 Euro dazubuchen.

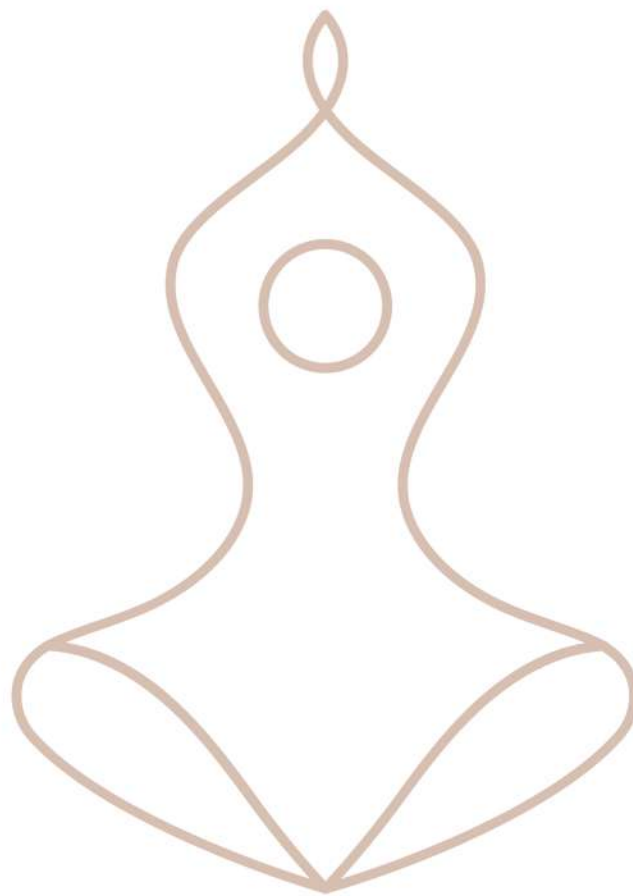




The WORLD
is coming from
you.

Geshe Michael Roach







Kontakt

Bist du neugierig geworden? Darf ich dich zu einer Probestunde einladen? Oder hast du noch eine Frage?

Schreib mir gerne, ich freue mich auf dich!

Bis ganz bald!

Deine

Sabine

+49 170 548 32 92
sabine@sabine-quambusch.de
sabine-quambusch.de



Sabine Quambusch
Human Design. Yoga. Kabbalah.

