

Simona Deckers

Yoga Teacher

Yoga, Coaching & Meditation
Philipp-Fleck-Straße 15
60486 Frankfurt am Main

Telefon: 069 / 95 86 27 25

Mobil: 0177 526 13 46

info@shanticompany.com

www.shanticompany.com

Frankfurt, den 20. März 2019

Referenz für Manuela Sievers

Manuela Sievers ist eine sehr gut ausgebildete, beliebte und feinfühligere Yogalehrerin. Sie hat ein sehr sensibles Gespür für Senioren und kann sehr gut auf viele, unterschiedliche Bedürfnisse eingehen.

Mit ihrer warmherzigen, fröhlichen und natürlichen Art gelingt es Manuela Sievers sehr schnell, die Senioren für Yoga zu begeistern, und ihnen Yoga lebendig und praxisnah zu vermitteln.

Yoga bleibt Yoga bei Manuela Sievers, auch bei Senioren. Sie versteht es, alle Elemente des Yoga ansprechend und altersgerecht mit großer, positiver Wirkung zu unterrichten. Senioren fühlen sich in ihren Yogastunden gut aufgehoben und berichten nach den Yogastunden mit ihr, dass sie ein großes Wohlfühl und eine Verbesserung ihres allgemeinen Zustandes verspüren.

Yoga ist die Bewegungsart, die am intensivsten positiv wirkt, und die wissenschaftlich anerkannt, die meisten Vorteile für eine starke Gesundheit und die Erhaltung der Lebenskraft hat.

Yoga ist nach derzeitigem Wissen die beste Prävention im Alter. Yoga wirkt gerade bei Menschen über 60 Jahren nicht nur vorbeugend, sondern verzögert auch den körperlichen und geistigen Abbau. Durch Yoga kann Selbständigkeit und Alltagsbewältigung lange erhalten bleiben.

In diesem Sinne wünsche ich Manuela Sievers, dass sie sehr viele Senioren unterstützen kann, ihre Lebensqualität und Gesundheit so lange wie möglich zu bewahren.

Ich kann Manuela Sievers als Yogalehrerin für Senioren von ganzem Herzen empfehlen.



Simona Deckers