



# WAY

Europäische Akademie für **Yoga**  
und ganzheitliche Gesundheit

## Yogalehrer Porträts



Erfolgreiche **WAY**-Yogalehrer stellen sich vor



# Katharina Schlangenotto

Personal-, Yogacoach, Yogalehrerin



Katharina Schlangenotto

## KATHARINA SCHLANGENOTTO

**Yoga & Yoga Coaching mit Fokus Stressmanagement, Burn-Out-Prävention und Life-Coaching für Einzelpersonen und Kleingruppen**

Telefon: +49 (0)179 521 93 54

E-Mail: [katharina@lieblingsflecken.de](mailto:katharina@lieblingsflecken.de)

[www.lieblingsflecken.de](http://www.lieblingsflecken.de)

Lieblingsflecken · Reisen, Genuss, Wellbeing

## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Vor meiner Yogaausbildung bei WAY hatte ich eine Ausbildung zum potentialorientierten Coach und Reiss-Profile-Master gemacht. Neben dem Beruf hatte ich begonnen, mich selbstständig zu machen. Mir hat im Coaching jedoch immer schon der körperliche Aspekt gefehlt. Yoga hat diesen Aspekt gefüllt.

Schon nach den ersten 200 Stunden bei WAY habe ich in einem Studio im Nachbarort als Yogalehrerin angefangen und nebenbei die Selbstständigkeit zum Yoga-Coach weiter ausgebaut. Dabei habe ich mich auf Stressmanagement, Burn-Out-Prävention und Life-Coaching mit Einzelpersonen oder in kleinen Gruppen spezialisiert. Ebenso bin ich inzwischen einige Male im Jahr für WAY als Dozentin für die Intensivausbildung M1 und M2 unterwegs und ein Yoga-Retreat auf Mallorca ist in Planung. Nach wie vor bin ich außerdem freiberuflich in der Kommunikation aktiv. Ich liebe einfach beides!

## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Bei WAY habe ich nicht nur Yoga, sondern sehr viel über mich selbst gelernt. In intensiven Gesprächen mit den Dozenten, ist mir klar geworden, dass ich nicht die bin, die sich für „nur“ eine Sache entscheidet und das auch ok ist. Beim Ausbau der Selbstständigkeit hat mir der Ausbildungsteil über Yoga und Business sehr geholfen. Ich hatte vorher schon eine Yogalehrer-Ausbildung abgebrochen und habe bei WAY die weltliche und freie Ausrichtung schätzen gelernt. Außerdem habe ich vorher nie ein solch präzises Alignment erfahren wie in meiner 500h Ausbildung, das ich jetzt an meine Schüler weitergeben kann.

## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich wie ein guter Freund, auf den ich mich immer zu 100 Prozent verlassen kann. Er begleitet mich auf meinem Weg, mal mehr und mal weniger intensiv. Yoga hat mir in erster Linie sehr viel mehr Gelassenheit und so etwas wie Urvertrauen geschenkt. Es in diesem Sinne an andere weiter geben zu dürfen, betrachte ich als ein riesiges Geschenk.



# Oliver Fritz



## Top Performance Yoga – Wiesbaden

### TOP PERFORMANCE YOGA

Wir begleiten Dich auf Deinem Weg zum Ziel.

Gartenstraße 17  
69168 Wiesloch

Telefon: 0151 10515602

Email: [contact@topperformanceyoga.com](mailto:contact@topperformanceyoga.com)

[www.topperformanceyoga.com](http://www.topperformanceyoga.com)

T P Y

## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Bevor ich Yogalehrer wurde, hatte ich mein eigenes kleines Unternehmen für hochwertigen Kaffee und Tee und war schon Entrepreneur.

Damals hatte ich bereits darauf geachtet, mein Business so „lean“ und effektiv wie möglich aufzubauen. Genau diesen Ansatz habe ich auch als Yogalehrer verfolgt.

Anstatt gleich ein eigenes Studio mit allem drum und dran aufzubauen, hatte ich mir überlegt, wie ich die Kosten so niedrig wie möglich halten kann.



Und so war und bin ich weltweit als Yogalehrer unterwegs, ohne eigene Räume anmieten zu müssen, ob als Kinderyogalehrer in den einzelnen Kindergärten, oder als Erwachsenenyogalehrer in Räumen, die mir zur Verfügung gestellt werden.

Zu Gute kommt mir ebenfalls, dass ich sehr gerne so oft wie möglich auch Yoga im Freien anbiete, wie zum Beispiel in den Weinbergen.

Leidenschaftlich gerne bin ich Coach und helfe anderen Menschen ihre Wünsche und Träume zu verwirklichen. Mir ist aufgefallen, dass sich viele Gründer und Entrepreneure bei dem Wust an Informationen einen klaren Weg zu Ihrem Ziel zu finden schwer tun. Genau da hole ich meine Klienten ab und begleite sie auf ihrem Weg.



## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Als Entrepreneur hatte ich bereits das Seminar „Ein Leben im Flow“ aufgesetzt gehabt. Damals wusste ich noch nicht, mit welcher fundierten Ausbildung ich dieses Seminar auf ein gesundes Fundament stellen könnte. Bis ich in Seattle an einer Yogastunde teilgenommen hatte und mir bewusst wurde, dass Yoga alle 5 Elemente des Seminars abdeckt. Daraufhin hatte ich sehr viel recherchiert um die best mögliche Ausbildung zu erhalten. Wichtig war mir, dass es eine international anerkannte Ausbildung ist, weil ich sehr gerne und viel unterwegs bin.

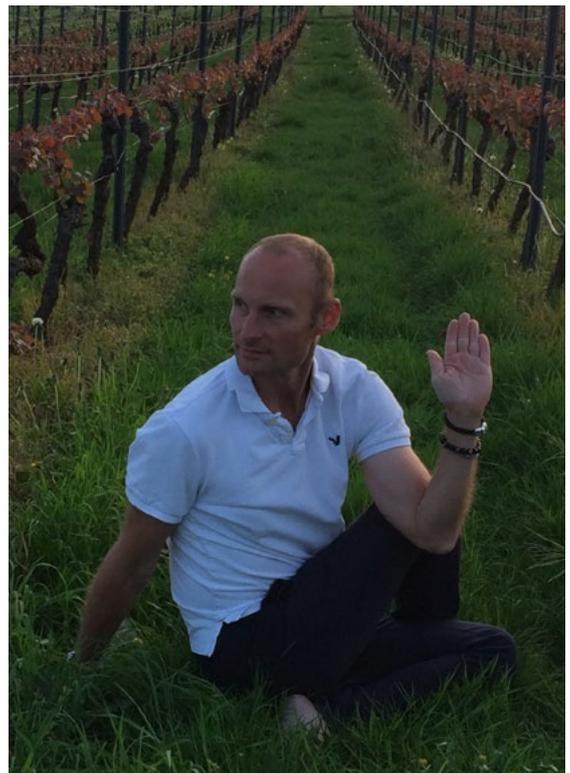
Mit WAY Yoga habe ich einen sehr guten und sehr kompetenten Partner gefunden, sodass ich alle meine Ausbildungen, M1, M2, M3, Kinderyoga und die TRI Power Coaching Ausbildung hier absolviert habe und mich weiterhin weiterbilden werde. Für mich persönlich sehe ich es als Vorteil, die Grundausbildungen aus „einer Feder“ zu erhalten.

Insbesondere die TRI Power Coaching Ausbildung bei Marion Neises half und hilft mir dabei mich bis aufs tiefste Innere besser kennenzulernen. Ein sehr wertvolles Geschenk, wofür ich sehr dankbar bin. Bei WAY lernt man nicht nur die Basics, sondern erhält darüber hinaus noch viel mehr sehr wertvollen Input, unter anderem mittels der sehr gut ausgewählten Dozenten.

## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich eine Lebensphilosophie. Yoga bietet mir eine wunderbare und sehr wertvolle Grundbasis auf die ich aufbaue. Yoga hat mich persönlich positiv verändert und verändert mich auch weiterhin täglich. Yoga hat mir geholfen zu mir selbst zu finden und meinen eigenen Körper besser kennenzulernen. Nachdem ich zwei Bandscheibenvorfälle hatte, hilft mir Yoga dabei besser auf mich zu achten. Ich habe die Erfahrung gemacht dass Yoga Führungskräften bei stressbedingten Krankheiten helfen kann, wieder gesund zu werden.

Seitdem ich jeden Tag Yoga praktiziere, achte ich viel mehr auf eine gute Gesundheit, auf eine gesunde Ernährung und darauf mich mit netten Menschen zu umgeben. Ich bin sehr viel ruhiger und gelassener geworden. Für all das bin ich sehr dankbar.



# Susanne Hecht



## Pike Yoga - Engenhahn im Taunus

### PIKE YOGA

Forsthausstraße 12  
65527 Niedernhausen Engenhahn

Telefon: 0171 2080312  
Email: [sanna.hecht@web.de](mailto:sanna.hecht@web.de)



## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Noch bin ich nur als vertretende Yogalehrerin selbstständig. Mein eigenes Yogastudio in Engenhahn im Taunus wird aber dieses Jahr fertiggestellt und dann biete ich Yogakurse wie auch Yoga Workshops an.

Desweiteren möchte ich in diesem Yogastudio auch eine inspirierende Coaching Ecke einrichten.

Zu meinen Yoga Ausbildungen bei WAY, u.a. Ashtanga, absolviere ich die TRI Power Coaching Ausbildung unter der Leitung von Marion Neises.





## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Bei WAY erfahre ich eine ganzheitliche Ausbildung mit hervorragenden Dozenten.

Praxis, Philosophie und Anatomie werden fundiert und doch kurzweilig vermittelt. So fühle ich mich sicher das erlernte Wissen an meine Schüler weiterzugeben.

## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich, das Leben mit allen Sinnen zu genießen. Ich spüre meinen Körper, mein Geist ist ruhig und zufrieden. Yoga ist agile Lebensfreude und entspannende Ruhe zugleich



# Joachim Sell

Yoga-Haus · Babenhausen-Harreshausen



## YOGA-HAUS

Kastanienweg 2  
64832 Babenhausen-Harreshausen

E-mail: [info@yoga-haus-babenhausen.de](mailto:info@yoga-haus-babenhausen.de)

Telefon: 06073 688 950

Mobil: 0178 441 24 66

[www.yoga-haus-babenhausen.de](http://www.yoga-haus-babenhausen.de)



## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Wie ich zum Yoga kam: Eine Probestunde vor rund 16 Jahren in Hanau hat mir gut gefallen. Kein Sport, kein höher, schneller oder weiter war gefordert. Angenehm habe ich die Stunde empfunden. Entspannt habe ich mich nachher gefühlt. Nicht so erschöpft, wie nach einem Fitness-Workout. Das hat mir gefallen. Danach habe ich Yoga zunächst gelegentlich praktiziert. Richtig zum überzeugten Yogi wurde ich allerdings erst bei unserer ersten Reise nach Indien. Beim Aufenthalt im Ashram von Amaritha in Kollam konnte ich meine doch noch recht oberflächlichen Kenntnisse vertiefen. Auf weiteren Indienreisen habe ich bei Lehrern verschiedenster Richtungen Yoga praktiziert. Ich war fasziniert von ihrer Gelassenheit und Beweglichkeit. Seither beschäftige ich mich intensiver mit Yoga.

2015 habe ich meine Ausbildung bei WAY als Yogalehrer absolviert (AYA zertifiziert). Nach den Lehren des 1998 verstorbenen Meisters Yesudian bevorzuge ich einen eher westlichen Stil, ohne allerdings die spirituellen Wirkungen des Yoga zu ignorieren. Seit meiner Ausbildung gebe ich Unterricht im Yoga Haus Babenhausen.

2016 habe ich bei einer Fortbildung *Yoga-Therapie* gelernt, wie Yoga körperliche Beschwerden lindern kann.





## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Bei meiner Ausbildung zum Yogalehrer haben mir die kompetenten und verständnisvollen Lehrer von WAY sehr geholfen. Die ersten 200 Stunden habe ich mit anderen Kursteilnehmern auf Mallorca absolviert. Es waren sehr intensive, anstrengende Wochen an die ich mich trotzdem immer wieder gern erinnere. Gelernt habe ich neben den Asanas, Stundenaufbau mit Peak auch die geistigen Hintergründe des Yoga. Weitere 100h Ausbildung folgten mit dem Baustein Yoga-Therapie. Das Gelernte konnte ich bereits mit Erfolg in meinen Kursen anwenden. Da ich inzwischen aufgehört habe, hauptberuflich als Journalist zu arbeiten, habe ich noch weitere Ausbildungs-Module bei WAY gebucht. Denn eins ist sicher: Den Yoga-Weg gehen heißt lebenslanges Lernen und auch lebenslange Freude am Tun.



## Was bedeutet Yoga für mich?

Beruflich geprägt bin ich als Journalist grundsätzlich skeptisch. Inzwischen kann ich aber mit gutem Gewissen sagen:

**Yoga wirkt - und zwar positiv!** Es ist eine herrliche Möglichkeit, bis ins hohe Alter beweglich und geistig fit zu bleiben.



# Anett Babel

## Yoga für Körper und Seele

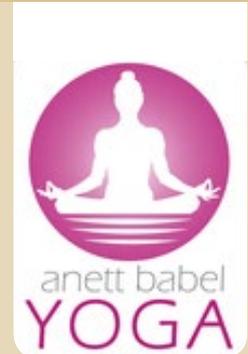


### **ANETT BABEL**

Siggenweg 3b  
24576 Bad Bramstedt

Telefon: 0173 377 53 43  
Email: [anettbabel@gmail.com](mailto:anettbabel@gmail.com)

[www.anettbabelyoga.de](http://www.anettbabelyoga.de)



## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Für mich war von Anfang an klar, dass ich kein eigenes Studio eröffnen wollte, sondern frei arbeiten möchte. Nach meinem ersten Yoga-Anfänger-Kurs, den ich in einem Sportverein angeboten habe, ging es rasant weiter mit Angeboten aus Volkshochschulen, Physio-Praxen, Yoga- und Fitness-Studios. Mittlerweile habe ich zweimal in der Woche einen eigenen Raum, in dem ich Yin Yoga unterrichte. Es gibt immer wieder Angebote, die ich aus Zeitmangel nicht annehmen kann. Gute Yogalehrer werden überall gesucht! Besonders abwechslungsreich ist meine Arbeit als Yogalehrerin durch meine Dozententätigkeit in der WAY Yogalehrer Ausbildung geworden. Hier kann ich mein Wissen in vollem Umfang weitergeben und selbst noch viel von den angehenden Yogalehrern lernen.

## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Durch die fachlich fundierte Art der WAY-Ausbildung habe ich mich bereits nach den ersten 100 Stunden sicher genug gefühlt, meinen ersten Kurs zu leiten. Ich habe mich während der gesamten Ausbildung immer gut aufgehoben und aufgefangen gefühlt. Schritt für Schritt hat mich WAY zu der Yogalehrerin gemacht, die ich heute bin. Fundiert im Wissen über körpergerechtes Yoga und die Philosophie, die alldem zugrunde liegt. Ohne Dogmen und frei, meinen persönlichen Stil zu entfalten. Danke dafür!

## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich eine Kraftquelle, aus der ich immer wieder schöpfen kann. Auf der Matte für den Alltag, aber vor allem auch für meine Ausrichtung im Leben. Für mich ist Yoga weit mehr als das korrekte Ausführen der Asanas. Es beeinflusst meine Art zu denken und zu leben und hilft mir innerlich und äußerlich ein zufriedenes, glückliches und gesundes Leben zu führen.



# Martina Auth

Yoga 4 Vita · Eifel, Yoga, Therapie



## YOGA 4 VITA

Eifel · Yoga · Therapie

Koblenzer Strasse 15  
56759 Kaisersesch

Telefon: +49 (0) 176 640 303 42

Email: [info@yoga4vita.de](mailto:info@yoga4vita.de)

[www.yoga4vita.de](http://www.yoga4vita.de)





## Wie habe ich mich selbständig gemacht?

Durch meine chronische Erkrankung kam ich zum Yoga und stellte fest, dass Yoga nicht nur Stressbewältigung, Entspannung und Bewegung bedeutet, sondern auch Schmerzlinderung und bessere Schmerzverarbeitung.

Mein Bedürfnis anderen mit diesen Erfahrungen zu helfen, bewirkten den Wunsch zu einer neuen beruflichen Perspektive. Da mir das Modul-System der Schule sehr zusagte, nahm ich per Email Kontakt zu WAY in Wiesbaden auf.

Mit diesem Schritt begann meine zwei Jahre dauernde Ausbildung bei WAY.

Jedoch nicht zur Yogalehrerin, wie ich anfangs dachte, sondern zur Yogatherapeutin. Durch intensives Arbeiten zusammen mit der Ausbildungsleitung von WAY sah ich die Chance, nicht nur mir selbst, sondern auch Menschen mit ähnlichem Schicksal zu helfen. Meine berufliche Erfahrung als medizinisch technische Radiologieassistentin erfahre ich als eine sehr gute Stütze.

## Wie hat mir die WAY Ausbildung dabei geholfen?

Die Dozenten von WAY Yoga halfen mir direkt auf diesen Weg, indem sie die Reihenfolge der Module meinen Bedürfnissen, Einschränkungen und Erfahrungen anpasste und begleiteten mich mit ihren Tipps und Erfahrungen durch die Ausbildung. Ich erfuhr vor allem große Unterstützung und Hilfe bei meiner Krankheit. Das WAY Team war immer da, wenn man es brauchte. Mithilfe der professionellen Vorbereitung aus der WAY Ausbildung war es mir möglich, mein eigenes Studio **Yoga 4 Vita EIFEL-YOGA-THERAPIE**, in Kaisersesch zu eröffnen. Danke dafür!

## Was bedeutet Yoga für Dich?

Da ich als Morbus Bechterew Erkrankte in fast 30 Jahren aus schulmedizinischer Sicht wenig Hilfe bekam und auch die Schwierigkeiten und Probleme anderer Erkrankter beobachte, ist Yoga für mich eine sehr wertvolle Ergänzung zur Schulmedizin. Ich wünsche mir, dass möglichst viele Erkrankte den Weg zu mir als Yogatherapeutin finden werden, damit ich ihnen zu mehr Lebensqualität verhelfen kann. Mir liegt die Gesundheit und das Wohlbefinden meiner Teilnehmer/innen sehr am Herzen.



# Andreas Lanz



YogaVital · Yoga & Klangschalenmassage

**YOGAVITAL**  
Yoga & Klangschalenmassage

Brunnenäckerstrasse 2  
76571 Gaggenau-Hörden

Telefon: 07228 960 141  
Email: andylanz@yogavital.eu

[www.yogavital.eu](http://www.yogavital.eu)



## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Nach meinem Burnout habe ich die 200h Yogalehrer Ausbildung bei WAY in Wiesbaden gemacht. Es folgten die Weiterbildung zum Yin Yoga- und zum Senioren Yogalehrer bei WAY. Schon bald begann ich als freiberuflicher Yogalehrer einige Kurse in angemieteten Räumen in der Region anzubieten, welche gleich schon zu Anfang gut angenommen wurden. Es folgten weitere Ausbildungen zum Meditationskursleiter und zur Klangschalenmassage. Als sich dann schließlich die Möglichkeit für ein eigenes Yogastudio ergab, bekam YogaVital ein Gesicht und eine Adresse. Als gelernter Werbetechniker ist es mir möglich, eine ansprechende Internetpräsenz und weitere wichtige Werbemaßnahmen zu präsentieren. Neben meinem Kursangebot, welches Yin Yoga, Hatha Yoga, Senioren Yoga, Faszien Yoga und Meditationskurse beinhaltet, biete ich auch Klangschalenmassagen an.





## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Die Yogalehrer- Aus- und Weiterbildungen bei WAY machten es mir auf großartige Weise möglich, den Schritt in die Selbständigkeit zu wagen. Die Ausbildungen bei WAY werden mit hoher Qualität und gleichzeitig mit viel Freude unterrichtet. Die Ausbilder/-innen sind authentisch und man spürt, dass sie Yoga leben und dementsprechend weitergeben. Mit all dem Wissen und der Erfahrung, die mir so intensiv und umfangreich in den Ausbildungen vermittelt wurde, fühlte ich mich sicher, gleich darauf als Yogalehrer tätig zu sein.



## Was bedeutet Yoga für mich?

Für mich ist Yoga ein Lebenswerkzeug und eine Philosophie, die es dem Menschen ermöglicht, geistig und körperlich in Einklang zu kommen, glücklich zu werden und zu bleiben.



# Jacqueline Altmann



Yogalehrerin, Yin Yoga, Hormonyoga

**HERRLICH**  
Fitness- und Gesundheitsstudio

Südstraße 3 · 01896 Ohorn

Telefon: 0173 383 15 98

Email: [info@dana-herrlich.de](mailto:info@dana-herrlich.de)



[www.dana-herrlich.de](http://www.dana-herrlich.de)

## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Seit meinem Abschluss WAY 100h im November 2014 verstärke ich mit meiner Arbeit als Yogalehrer das Team des Fitness- und Gesundheitsstudios HERRLICH.

Das Interesse an unserem Yogaangebot war von Anfang an sehr groß. Meine Kurse waren schnell gefüllt. Ich bin im ländlichen Gebiet zu Hause und habe kein eigenes Yogastudio. Ich fahre zu meinen Kunden. Verschiedene Räumlichkeiten bieten als Mietobjekte die Grundlage. So findet man mich z.B. in einem Yogastudio, im Kursraum eines Sportzentrums oder auch in den Räumlichkeiten einer Ausbildungsstätte für Gesundheits- und Sozialberufe sowie seit September 2016 in einem Gymnasium, wo ich Schüler mit Yoga durch ihr Abschlussjahr begleiten darf. Die Ausstattungen dieser Räume sind sehr unterschiedlich. Als Reiseyogalehrer habe ich immer eine kleine Auswahl an Hilfsmitteln, wie Kissen, Blöcke und Gurte, dabei. So können die Yogaschüler alles probieren. Es braucht also nicht viel um zu starten.





## Wie hat mir die **WAY** Yoga-Ausbildung dabei geholfen?

Bei WAY fühlte ich mich vom ersten Augenblick gut aufgehoben. Erstaunt stellte ich fest, wie groß und vielfältig die Yogawelt ist. Das was ich mir erhoffte wurde direkt im ersten Modul erfüllt. Hervorragende Referenten gaben mir das perfekte Handwerkszeug in allen erforderlichen Gebieten

und so wagte ich direkt danach den Start mit zwei Kursen. Und diese gibt es immer noch. Mit jedem weiteren Modul und jeder Weiterbildung (z.B. zum Yin Yogalehrer) wurde mein WAY breiter, fester und stabiler.

## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich regelmäßige Praxis der Asanas, Pranayamas und Meditation. Yoga ist für mich mein Wissen mit Wissbegierigen zu teilen. Yoga ist für mich innehalten, reflektieren, dranbleiben, ganz egal welche Rolle mich gerade ausmacht (Mutter, Partnerin, Schwester, Freundin, Lehrer... ). Yoga geht für mich sehr weit über die Yogamatte hinaus. Einer der ersten Sätze, die ich in meinen Ausbildungsunterlagen von WAY gefunden habe, lautet: „Yoga kann als umfangreicher Werkzeugkoffer gesehen werden, ...“ Und genau das ist Yoga für mich. Ein Werkzeugkoffer, der für viele Bereiche und Situationen eine Idee, einen Impuls, eine Lösung bereithält, um mein Leben in Stabilität und Leichtigkeit zu erleben. Ich muss mich nur daraus bedienen. *Yoga ist ein Rendezvous mit mir selbst.*



# Sandra Walkenhorst



Ahimsa Institut in Griesheim

**AHIMSA INSTITUT**  
Yoga und Entspannung



Hahlgartenstr. 57 · 64347 Griesheim

Telefon: + 49 (0) 160 6895765  
E-Mail: [ahimsa-institut@gmx.de](mailto:ahimsa-institut@gmx.de)

[www.ahimsa-institut.de](http://www.ahimsa-institut.de)

## Wie habe ich mich selbstständig gemacht?

Ich war bereits nebenberuflich selbständig tätig, als ich bei WAY die Ausbildung zur Yogalehrerin begann. Da ich vorher bereits eine Kinderyogalehrer-Ausbildung abgeschlossen hatte, war ich schon in diesem Berufsfeld unterwegs und hatte lange Zeit erstmal gar nicht die Absicht überhaupt Erwachsene zu unterrichten. Ich hatte zwar schon ein eigenen Yogaraum, doch erst als mich mehr und mehr Menschen darauf ansprachen, doch auch einmal etwas für Erwachsene anzubieten, entschloss ich mich dann doch auch noch den „großen“ Yogalehrer zu machen!





## Wie hat mir die **WAY** Yoga Ausbildung dabei geholfen?

Zu WAY habe ich übers Internet gefunden, besonders gefallen hat mir, die Ausbildung in Modulen, also ganz individuell für mich angepasst an meine Lebenssituation, durchführen zu können. Außerdem sprach mich sofort an, dass hier auch auf den psychologischen und anatomischen Teil großen Wert gelegt wird und nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen unterrichtet wird.

Da ich bereits lange Yogaerfahrung mitbrachte, waren meine Ansprüche an meine Ausbildung schon recht hoch, deshalb dauerte es auch eine Weile, bis ich dann meine Ausbildungsstätte gefunden hatte! Ich habe wertvolle Erfahrungen gemacht, die in allen Lebensbereichen hilfreich waren und sind und zudem unglaublich tolle Begegnungen gehabt! Die zwei Jahre Ausbildung haben mich sehr bereichert!



## Was bedeutet Yoga für mich?

Yoga ist für mich ein Lebensweg, es bedeutet so viel mehr, als seinen Körper zu bewegen... Den wirklichen Kern habe ich auch erst nach einigen Jahren Praxis langsam erkannt! Zum Beispiel konnte ich lange Jahre mit dem philosophischen Aspekt und den Schriften nicht so wirklich viel anfangen. Doch das änderte sich, vor allem in der 500h Ausbildung noch einmal sehr stark!

Yoga begleitet mich mittlerweile seit 20 Jahren in allen Lebenslagen und war mir auch immer eine Kraftquelle. Das Unterrichten ist für mich eine Herzenssache! Wenn ich auf der Matte sein darf, bin ich glücklich. Wenn ich Menschen (und vor allem Kindern) auf dem Weg des Yoga ein Stück begleiten darf ist das ein wunderbares Geschenk! Ich kann von Herzen sagen, ich liebe, was ich tue und hoffe, dass ich noch viele Menschen vom Yoga begeistern darf!



# Namaste!



## WAY

Europäische Akademie für **Yoga**  
und ganzheitliche Gesundheit

Inhaberin: Marion Neises

**Ausbildungsakademie,  
Beratung und Anmeldung**

Friedrichstraße 40  
65185 Wiesbaden

**[www.way-yoga.de](http://www.way-yoga.de)**

[office@way-yoga.de](mailto:office@way-yoga.de)

Phone: 0611 - 9716 18 65

**Verwaltung**

Franz-August-Becker-Str. 1

55122 Mainz