

Heike Cossu

Lehrerin für Yoga, MBSR und Meditation

Die tiefe Verbundenheit von Yoga und MBSR als Praxis sind für mich wie 2 Flügel, die mich leicht einerseits und kraftvoll andererseits durchs Leben gehen lassen. Diese beiden tiefen Lehren und Praktiken weitergeben zu dürfen ist ein echtes Privileg und ein Geschenk. Ich unterrichte mit großer Leidenschaft achtsames Yoga, MBSR Kurse, Stille- Retreats und achtsame Seminare für Gruppen auf Anfrage. Auch achtsame Unterstützung als Einzelberatung ist jederzeit und ganz individuell möglich.



Adresse

Scherg 18
89346 Bibertal

☎ 017683287621
✉ 8sam-leben@gmx.de

<https://heike-cossu.de>