



© privat

WIRTSCHAFT FÜR MORGEN

Was Yoga und Tunnelbau verbindet

DI Sabine Markut, YOGALICIOUS

Die gelernte Bautechnikerin Sabine Markut nutzt ihr Wissen über Statik für die Yogalehre. Mein Yogastudio bietet Wohlfühlatmosphäre pur. Es ist ein Ort gefüllt mit Herzlichkeit, Liebe zum Detail, Wärme und wunderbaren Menschen. Dabei war Yoga lange Zeit nicht mehr als ein Hobby für mich: Als Diplom-Ingenieurin begann mein Arbeitsleben in der Bauwirtschaft. Mein bautechnischer Background hat mich sehr dabei unterstützt, eine gute Yogalehrerin zu sein. Ich möchte wissen, wie Dinge funktionieren, denn das hilft mir, die richtigen Fragen zu stellen. Eigenschaften, die ich über Baustoffe gelernt habe, finde ich in den einzelnen Körperstrukturen wieder. So verstehe ich das Zusammenspiel von Körperbewegungen besser und kann meine Teilnehmer optimal unterstützen. Ich kann klares Feedback geben und Lösungsvorschläge bringen, das ist vielen meiner TeilnehmerInnen sehr wichtig.

"Mein Verständnis für Statik und Kräfteverhältnisse hilft mir dabei, meine Kursteilnehmer zu beobachten und mit gezielten Impulsen mehr Wohlbefinden in den Körper zu bringen. "

Ich brannte immer für Yoga. So sehr, dass ich nach der Geburt meiner Kinder 2013 und 2015

entschied, die Bauwirtschaft zu verlassen und ein eigenes Studio in Klagenfurt zu eröffnen. Mittlerweile sind fünf Lehrer als freie Dienstnehmer für mich tätig, regelmäßig lade ich nationale und internationale Lehrer aus der Yogaszene ein, und ich bilde Yogalehrer in der YOGAlicious Academy aus. Meine Erfahrungen in der Bauwirtschaft haben mir auch sehr mit den rechtlichen und finanziellen Schritten zur Selbstständigkeit und dem Aufbau und der Erhaltung meines Unternehmens geholfen. yogalicious-academy.at
Online seit 16.12.2019 (Aktualisiert: 22.06.2022)