

Erfolgsgeschichten

#schaffenwir



© studyo Lisa Schopp, Yoga Studio, Imagefotografie, CI, Brand Design

Qualität

Yoga mit Aussicht

Lisa Schopp, Studyo Lisa Schopp

Lisa Schopp schafft so Gesundheit, mehr Lebensfreude, innere Balance und körperliche Fitness für ihre Kunden und Kundinnen. Nachdem ich zehn Jahre lang ein exklusives Yogastudio geführt habe, wollte ich etwas Neues schaffen und habe mit "Studyo" ein innovatives Yogaloft und einen neuen Hotspot für die Yogaszene in Graz gegründet. Studyo steht für Individualität, Herzlichkeit und fachliche Kompetenz und bringt frischen New Yorker Wind nach Graz.

"Im Rahmen meiner Ausbildung zur Advanced Yogalehrerin habe ich in den besten Yogastudios in New York gelernt, im renommiertesten deutschen Yogazentrum mein Wissen vertieft, drei Jahre lang die Svastha-Yogatherapie Methode erlernt."

Und mit dem höchst effektiven neuen Yogastil "Therayoga" habe ich einen neuen Trend in der Yogaszene geschaffen, der den ganzheitlichen Ansatz des Yoga mit dem funktionellen Ansatz des Theraband-Trainings vereint. Im Studyo finden meine Kunden und Kundinnen auf 220m² - mit Blick auf den Grazer Schloßberg - eine Wohlfühloase für die innere Balance, die geistige Entwicklung und die körperliche Entfaltung-eben alles, was das Yoga Herz begehrt. Mein Yoga-Konzept ist einfach und klar. Yoga-Haltungen, die den Körper sinnvoll unterstützen und

entlasten, werden in vielen Variationen unterrichtet. Mit TheraYoga hat sie ein eigenes Konzept entwickelt, www.therayoga.at Meine Yogastunden haben unterschiedliche Intensitäten, jedoch immer denselben Schwerpunkt: Über die Einheit von Atem und Bewegung, in Verbindung mit einem fokussierten Geist, das innere und äußere Gleichgewicht zu finden. www.studyo.at
Online seit 19.02.2020 (Aktualisiert: 27.06.2022)