

Zoë Meyer



Dipl. Yogalehrerin YCH

Yoga begleitet Zoë seit ihrer Kindheit und ist ein fester Bestandteil ihres Lebens. 2007 schloss sie eine vierjährige Ausbildung zur diplomierten Yogalehrerin ab und teilt seither mit Freude ihr Wissen und ihre Erfahrungen. Ihr Unterricht fördert die Wahrnehmung der inneren Stimme von Körper, Gefühlen und Verstand – eine Fähigkeit, die auch den Alltag bereichert.

Mit fast 40 Jahren Yogaerfahrung ist sie eine leidenschaftliche Bewegungsmensch und erforscht die Natur des Daseins. Seit 14 Jahren vertieft sie ihr Wissen durch die Lehren von Anouk Claes und Elizabeth Guo. Besonders schätzt sie die Verbindung von altem Wissen mit modernen Ansätzen aus Quantenphysik und Neurowissenschaften.

Neben ihrer Tätigkeit als Yogalehrerin ist Zoë Mutter von zwei Teenagern, Betriebswirtschaft studiert und liebt es, zu kochen, zu reisen und besondere Momente fotografisch festzuhalten.

Sie unterrichtet Yoga für Männer und Yoga Nidra Tiefenentspannung.

Tel. 078 658 84 99

zoe@zoeyoga.ch

www.zoeyoga.ch