

Morning Hatha Yoga mit Melanie Stalder@



6h45 - 7h45 | Mo. - Mi.



Melanie unterrichtet klassisches und traditionelles Hatha Yoga. Sie benutzt Pranayama, Meditation, Mantras und fließende Vinyasa Sequenzen in ihren Klassen.

- Melanie hat die 200Std. bei AirYoga Zürich in 2013 absolviert. Februar 2017 hat Melanie die 300Std. Teachers Masters Education Program bei Acharya Venkatesh und Acharye Hema in Mysore, Indien abgeschlossen.
- Zurzeit beendet Melanie in Zürich das (ATT+300) bei Stephen Thomas und Doug Keller.