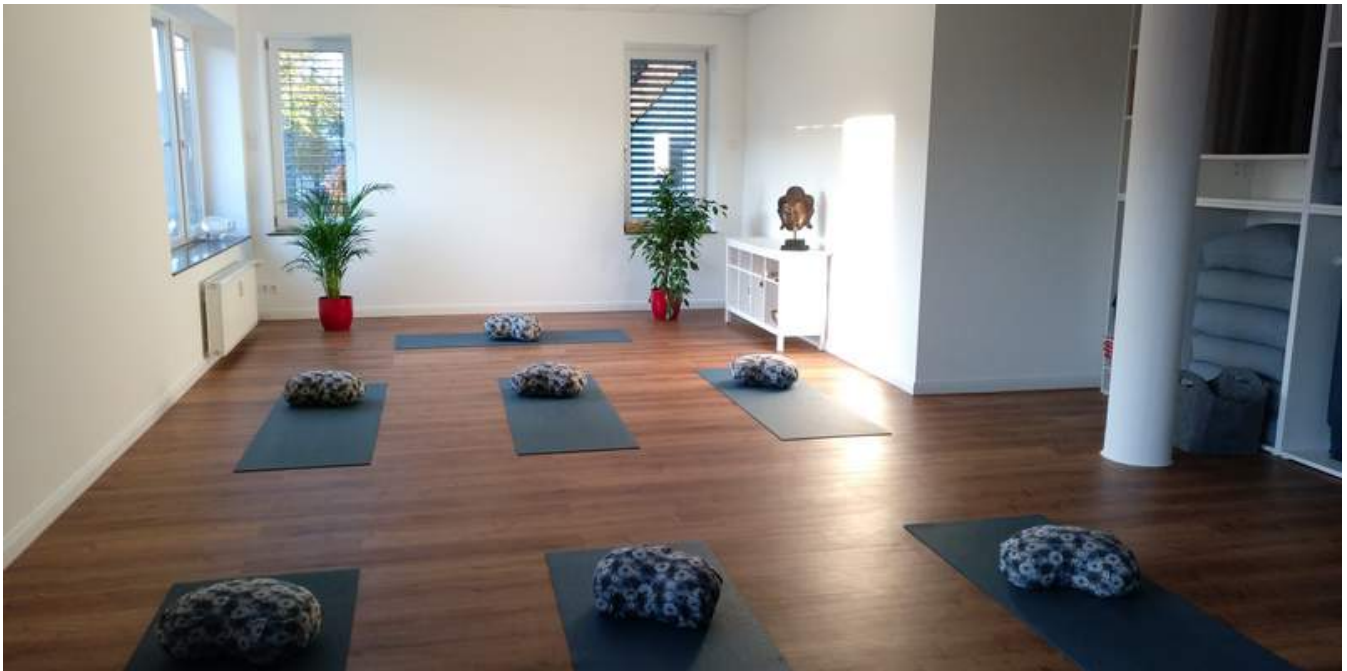


Anbieter-Profil

YEP Lounge

YEP Lounge - Dein Yoga und Pilates Studio in Bremen. Erlebe ein vielfältiges Kursangebot, individuelle und fachgerechte Betreuung für Körper und...



Portrait

YEP Lounge - Dein Yoga und Pilates Studio in Bremen. Erlebe ein vielfältiges Kursangebot, individuelle und fachgerechte Betreuung für Körper und Geist!

Firmensitz:	 28357 Bremen
Mögliche Sprachen:	 Deutsch, Englisch, Spanisch, Russisch
Anbieter seit:	 2023

Hinweis zur inhaltlichen Verantwortung: Dies ist kein bindendes Vertragsangebot, sondern eine Programm-Idee. Die Inhalte dieser Programm-Idee (z. B. Bilder, Beschreibungen, Leistungsangaben) wurden durch den jeweiligen Anbieter auf der Plattform hirschfeld.de bereitgestellt. Hirschfeld & Heide GmbH & Co. KG stellt diese Inhalte ausschließlich im Rahmen einer technischen Vermittlung dar und übernimmt keine Verantwortung für deren Richtigkeit, Vollständigkeit oder Rechteinhaberschaft. Alle Angaben stammen vom jeweiligen Anbieter. Urheber- und Nutzungsrechte verbleiben bei den jeweiligen Rechteinhabern. Bei Anfragen zur Rechteinhaberschaft der dargestellten Inhalte geben wir unverzüglich Auskunft über den Anbieter, der für die Inhalte verantwortlich ist.

Anbieter-Profil

YEP Lounge

YEP Lounge - Dein Yoga und Pilates Studio in Bremen. Erlebe ein vielfältiges Kursangebot, individuelle und fachgerechte Betreuung für Körper und...

Unsere Story

YEP Lounge - Yoga, Entspannung und Pilates

Die **YEP Lounge** in Bremen Horn bietet ein umfassendes und vielfältiges Programm für alle, die Körper und Geist in Einklang bringen möchten. Mit einem Fokus auf **therapeutisches Yoga** und **ganzheitliche Bewegungstherapie** durch Pilates, ist die YEP Lounge der ideale Ort für Entspannung und persönliche Weiterentwicklung.

Die Kurse umfassen unter anderem **Vinyasa Yoga**, **Hatha Yoga**, **Yin Yoga** und **Rücken yoga**, die sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet sind. Neu im Programm sind die von den Krankenkassen zertifizierten Präventionskurse wie **Autogenes Training** und **Progressive Muskelentspannung**, die den Teilnehmern helfen, effektive Entspannungstechniken zu erlernen und in den Alltag zu integrieren.

Die Philosophie der YEP Lounge basiert auf individueller Betreuung. Jede/r Teilnehmer/in erhält eine **fachgerechte und unabhängige Beratung**, um ein auf die persönlichen Bedürfnisse zugeschnittenes Trainingsprogramm zu entwickeln. Neben Gruppenkursen bietet die YEP Lounge auch **Personal Training** an, das eine individuelle und intensive Betreuung ermöglicht.

Zusätzlich zur Kursvielfalt veranstaltet die YEP Lounge regelmäßig **Workshops und Retreats** an inspirierenden Orten, bei denen die Teilnehmer sich eine Auszeit vom Alltag gönnen können. Hierzu gehören Specials wie **Detox Yoga** und **Klangschalen-therapie**, die das Wohlbefinden fördern und neue Perspektiven eröffnen.

Die YEP Lounge ist nicht nur ein Ort für Bewegung, sondern auch ein Raum für **Gemeinschaft und Unterstützung**. Die ausgebildeten Trainerinnen sind leidenschaftlich daran interessiert, die Teilnehmer auf ihrem individuellen Weg zu begleiten und zu unterstützen, sodass jeder von der positiven Wirkung von Yoga und Pilates profitieren kann.