

Biografie von Sibylle Beer

Sibylle ist ausgebildet in Body Balance, Mental Centering, Chi Yoga Dance, TriloChi und Yoga.

Als leidenschaftliche Mutter von zwei kleinen Mädchen ist es Sibylle gewohnt, im Alltag gefordert zu sein. Mit Hilfe der regelmässigen eigenen Übungspraxis ist es ihr möglich, einen Ausgleich zu den Anforderungen und Belastungen des Alltags zu schaffen. Yoga und Bewegung sind ihre Oasen, um neue Energien tanken zu können und das innere Gleichgewicht zu erhalten. Das ständige Erforschen des eigenen Körpers und regelmässige Weiterbildungen bringen ihr immer wieder neue Erkenntnisse, die in den Unterricht einfließen.



Seit Anfang 2000 unterrichtet Sibylle mit viel Motivation Yoga sowie verschiedene Disziplinen im Body/Mind Bereich und kann so ihre eigenen Erfahrungen und die Freude an der Bewegung mit anderen Menschen teilen. Ihr Unterrichtsstil ist kreativ, vielseitig und inspirierend.