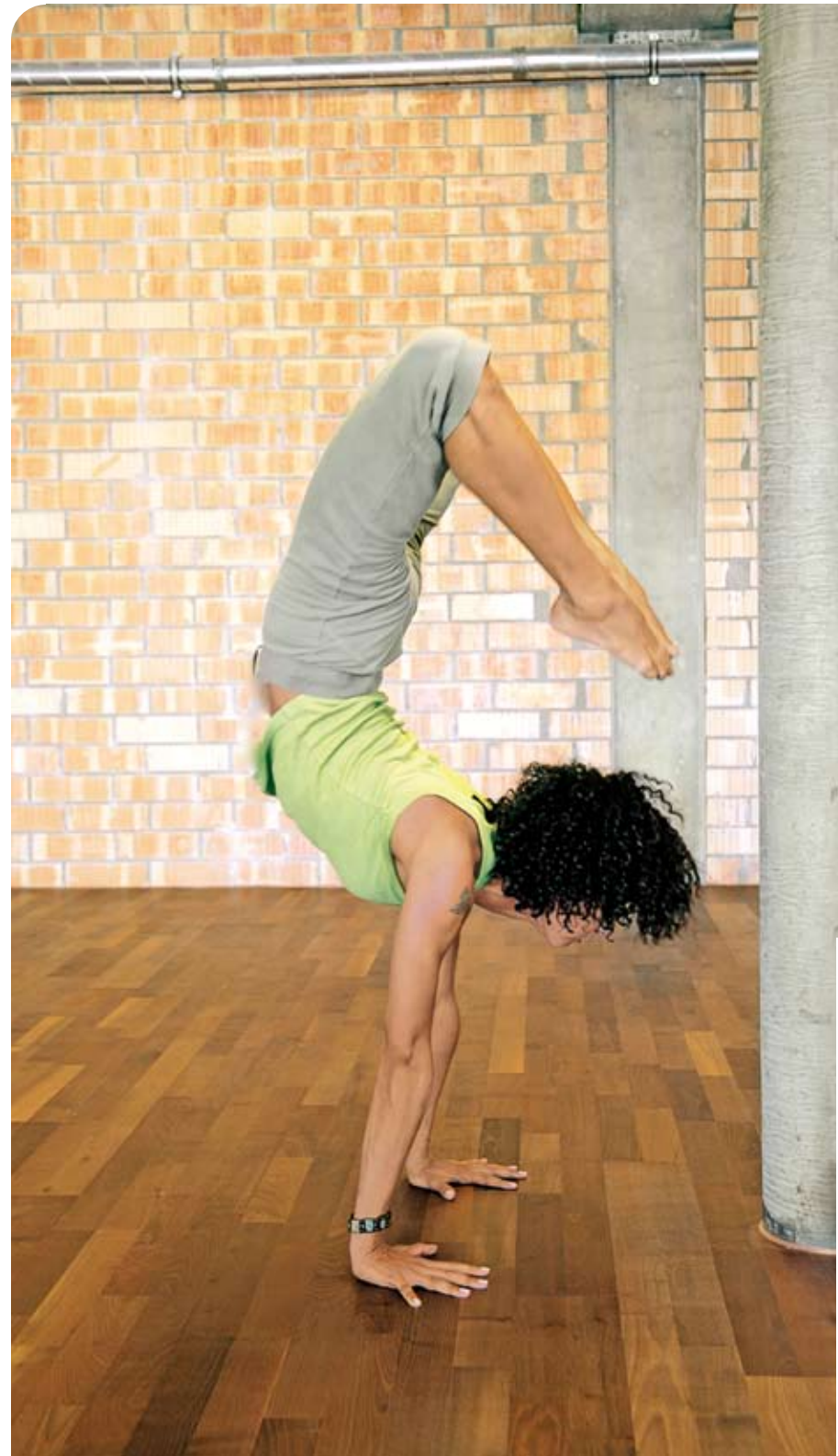


Yogalives

In einem ehemaligen Lagerhaus gegenüber von Sihlcity befindet sich seit Mitte Mai das neue Yogalives Studio von Olive Scembuze. In der urban-architektonischen Umgebung treffen auf 245 m² Tradition und Moderne zusammen. Der lichtdurchflutete Yogaraum mit dem edlen dunklen Holzboden lässt die Energie ungehindert fließen. Er bietet Yogis jeder Stufe einen entspannenden Ort für die Praxis von Pranayama und Asanas. Mit dem Yogalives hat sich die ehemalige Profitänzerin den Traum vom eigenen Studio erfüllt. Während der letzten vier Jahre unterrichtete Olive Ssembuze an renommierten Yogaschulen und vertiefte ihr Wissen mit regelmässigen Workshopbesuchen in Zürich, New York und Los Angeles. Nebst Hatha und Kundalini praktizieren die Schülerinnen und Schüler bei Yogalives vor allem Vinyasaflow-Yoga. Bei dieser Yogaform gilt es, den Atem im Gleichklang der Bewegungen zu führen. Eine kraftvolle Praxis, die im Körper Hitze erzeugt, ihn dehnt, kräftigt und gleichzeitig den Geist entspannt. Ist man interessiert, mit Yoga seinen Körper und Geist in Einklang zu bringen, findet man bei Yogalives eine angenehm belebende Oase. Übrigens wird der Ort in Zukunft auch internationalen Yoga Lehrerinnen und Lehrern als Gaststudio dienen, zudem wird ab September Yoga für Kinder angeboten.



Le nouveau studio Yogalives d'Olive Scembuze s'est installé à la mi-mai dans un ancien entrepôt face à Sihlcity. La modernité et la tradition s'y rencontrent dans un environnement architectural et urbain, sur 245 mètres carrés. Cet espace de yoga, baigné de lumière et doté d'un sol sombre en bois précieux, permet à l'énergie de circuler sans entrave. Il offre aux yogis de tous niveaux un lieu détendu pour la pratique du pranayama et des asanas. Avec Yogalives, Olive Ssembuze a réalisé son rêve: avoir son propre studio. Pendant ces quatre dernières années, cette ancienne danseuse professionnelle a enseigné dans des écoles de yoga renommées, tout en approfondissant ses connaissances dans des stages réguliers à Zurich, New York et Los Angeles. Outre le hatha et le kundalini, les élèves de Yogalives apprennent avant tout le yoga vinyasaflow. Cette forme de yoga consiste à mettre la respiration en harmonie avec les mouvements: une pratique vigoureuse qui confère de la chaleur au corps, l'étend, le renforce et détend en même temps l'esprit. Si l'on est intéressé à mettre son corps en harmonie avec son âme au moyen du yoga, on trouvera chez Yogalives un espace fort agréable et vivifiant. Enfin, cet établissement accueillera à l'avenir des moniteurs de yoga venus du monde entier; il offrira à partir de septembre des cours de yoga destinés aux enfants.



Yogalives GmbH
Giesshübelstrasse 62b
8045 Zürich
T +41 43 817 24 34
www.yogalives.ch

