



# NADINE KAIVALYA

— YOGA —

@NADINEKAIVALYAYOGA

# Über mich ✨

## YOGA & MEDITATIONSLEHRERIN

Mein Name ist Nadine und ich bin leidenschaftliche, mittlerweile zweifach zertifizierte Yogalehrerin. Im Jahr 2017 reiste ich nach Indien und absolvierte dort meine erste Ausbildung - knapp ein Jahr später folgte die zweite. Seitdem lerne und übe ich unentwegt, denn Yoga ist meine große Liebe.



# Meine Mission

Weil ich die gesundheitlichen und mentalen Vorteile von Yoga seit meiner ersten Yogastunde deutlich wahrnehmen konnte, habe ich es mir zur Mission gemacht, dies mit der Welt zu teilen.

Egal welches Alter, egal welches Fitnesslevel, egal welcher Gesundheitszustand - Yoga ist für alle da. Jeder kann und wird von der Yogapraxis profitieren.



# Wie Sie als Arbeitgeber davon profitieren

Firmenyoga fördert nicht nur die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter\*innen, sondern auch deren mentale & körperliche Gesundheit. Wenn sich ihre Mitarbeiter\*innen wohl und gesund fühlen, identifizieren sie sich mehr mit ihrem Job und sind engagierter. Die Investition in Firmenyoga lohnt sich also für ihr Unternehmen als Teil der betrieblichen Gesundheitsförderung.





# Ein gesundes Unternehmen hat gesunde Mitarbeiter\*innen



Durch eine regelmäßige Yogapraxis wird nicht nur die Rückenmuskulatur eines jeden gestärkt, sondern der ganze Bewegungsapparat. Das Nervensystem wird ausgeglichen und die Atmung gestärkt. Yoga beeinflusst die Gesundheit positiv und nachhaltig auf allen Ebenen.

Wussten Sie, dass Sie die Gesundheitsförderung (nach §3 EStG) für Ihre Mitarbeiter steuerlich absetzen können? Bis zu 600 Euro pro Mitarbeiter im Jahr!



# Ein starkes Team



Der betriebsinterne Yogaunterricht hält Ihre Mitarbeiter\*innen nicht bloß gesund, sondern stärkt auch die Potentialentfaltung - und Entwicklung Ihres Teams.

# Aufbau einer Firmenyogastunde



Der Aufbau für die Firmenyogastunde kann ganz individuell vereinbart werden.

Egal ob Ihnen eine 'Guten Morgen Yoga Einheit' zum wachen Start in den Tag oder eine Mittagspause Sequenz vorschwebt - motivieren Sie Ihre Mitarbeiter\*innen und zeigen Sie Ihnen, dass Sie Ihr höchstes Gut sind.





Ich freue mich auf die  
Zusammenarbeit mit Ihnen



017676492388



[www.nadinekaivalya.de](http://www.nadinekaivalya.de)



@nadinekaivalyayoga



[Nadine-Kaivalya@web.de](mailto:Nadine-Kaivalya@web.de)