

## YEP Lounge

### YEP Lounge – Yoga, Entspannung und Pilates in Bremen Horn

YEP steht für Yoga, Entspannung und Pilates – mit den Schwerpunkten Yogatherapie, ganzheitliche Bewegungsbehandlung mit Pilates und zielgerichtete Entspannungstechniken.

Das Yogastudio in Bremen Horn bietet ein vielfältiges Kursangebot an. Die Yoga- und Pilateskurse finden in kleinen Gruppen statt und sind für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet. Bei einigen Kursen handelt es sich um Präventionskurse nach § 20 SGB V, deren Kosten von den gesetzlichen Krankenkassen ganz oder teilweise übernommen werden.

Zum Kursangebot der YEP Lounge gehören u.a.

- Hatha Yoga
- Yin Yoga und Faszientraining
- Vinyasa Yoga
- Yoga für gesunden Rücken
- Kinderyoga und Yoga für Teens
- Schwangerschaftsyoga und Rückbildung
- Yoga für junge Mütter mit Baby / Kleinkind
- Yoga für die Generation 60+
- Yoga mit Pilates / Yogilates
- zeitgenössisches Pilates
- Pilates Reformer Gerätetraining
- Klangschalentherapie
- Autogenes Training
- Progressive Muskelentspannung

Das aktuelle **Kursprogramm** finden Sie unter [www.yep-lounge.de/kurskalender](http://www.yep-lounge.de/kurskalender)

#### ? auf die Merkliste

**Adresse:**

Leher Heerstraße 60  
28359 Bremen

**Ansprechperson:**

Yulia Eberle

**Telefon:**

0421 57810261

**E-Mail-Adresse:**

[info@yep-lounge.de](mailto:info@yep-lounge.de)

**Internetadresse:**

[www.yep-lounge.de](http://www.yep-lounge.de)