



Find your SWEET SPOT.

Im Kai 36, zwischen Fels und Fluss.



Body Mind Breath

SWEET SPOT steht für den perfekten Moment, den idealen Platz - in dir und in der Welt da draußen. Wenn du deinen SWEET SPOT gefunden hast, ist alles in Balance, im Fluss. Du bist in deiner Mitte.



YOGA PRIVATE

60 min

Dein Yoga. Dein SWEET SPOT. Kraftvoll oder entspannend. Therapeutisch. Dynamisch oder ruhig. Individuell abgestimmt auf deine Bedürfnisse. Mit Birgit, SWEET SPOT Yoga

€ 110

YOGA & BODYWORK

90 min

Body. Mind. Breath. Connect. Eine Session die Bodyreading, Yoga, Thai Massage, Aromatherapie und Klang verbindet. Ayurveda meets Traditionell Chinesische Medizin meets altes heimisches Wissen meets neueste wissenschaftliche Erkenntnisse. Mit Birgit, SWEET SPOT Yoga

€ 150

Personal Training

60 min

Setting you up for empowerment. Swim. Run. Yoga und Functional Movement. Ganzheitlich und individuell abgestimmt auf deine Bedürfnisse. Finde deinen SWEET SPOT. Mit Mike, SWEET SPOT Yoga

€110