
BIOGRAFIA COACH FITNESS SONIA SCHMID GRECO

Sonia Schmid Greco : Istruttrice di Hatha-Yoga nella tradizione di Swami Sivananda.

Predilige lo stile classico con tenuta statica delle posizioni. Specializzata nella recitazione di Mantra.

Istruttrice professionista nello stile Vinyasa-Yoga praticato in maniera dinamica e anche conosciuto come Flow-Yoga.

Perché Lido Leucasia ha scelto lei.

Perché il nostro massimo obiettivo è focalizzato sulla scelta della qualità e questa non si può avere se non si dispone di personale altamente qualificato.

Perché Lido Leucasia ha scelto lo YOGA.

Perché si tratta di una disciplina che ha nel profondo la vera essenza di noi stessi, il contatto con la nostra parte più intima e nascosta e che riesce a metterci in comunicazione con la splendida natura che ci circonda.