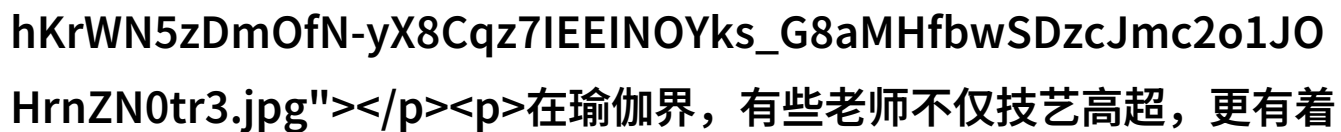


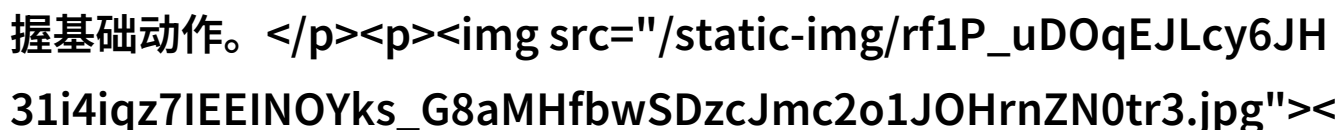
瑜伽老师的花样多沈浩秦菲雪刘静-六位大师

六位瑜伽大师的独特风采



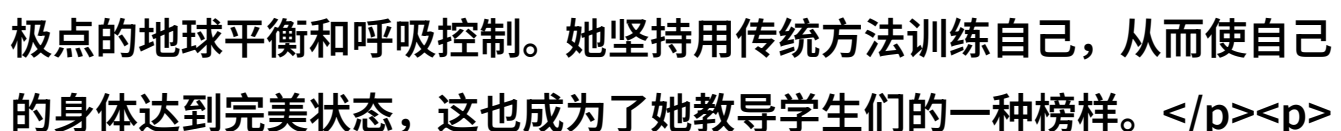
在瑜伽界，有些老师不仅技艺高超，更有着一身好看，让人忍不住想要跟随他们练习。今天，我们就来认识一下这些瑜伽老师的花样多，沈浩秦菲雪刘静等六位大师。

首先是沈浩，他的瑜伽动作流畅如水，每一个姿势都显得那么自然和舒展。他特别擅长教授初学者，通过耐心指导和细致修正，使每个学生都能轻松掌握基础动作。



接下来是秦菲，她以其独特的教学方法深受欢迎。她会将传统瑜伽结合现代舞蹈元素，创造出既美观又健康的练习体验。她的课堂总是充满活力，让人忘却时间，不自觉地沉浸在其中。

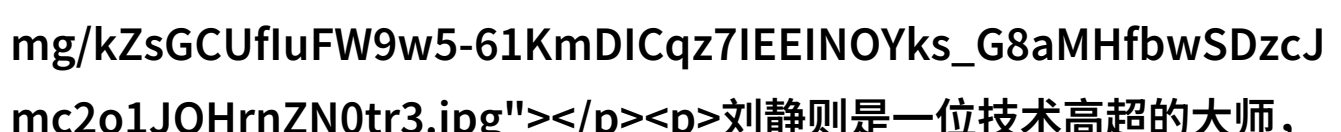
接着我们来说说雪刘静，她以严谨与专业著称。在她手下，你可以感受到精准到极点的地球平衡和呼吸控制。她坚持用传统方法训练自己，从而使自己的身体达到完美状态，这也成为了她教导学生们的一种榜样。



此外，还有其他几位瑜伽大师，他们各具特色：

菲雪则以其柔情似水、温柔可亲的性格赢得了众多粉丝的心。她的课堂总是在温馨中透露着力量。

沈浩虽然年轻，但他的内涵与修养让他成为了一代新星。他善于分析学生的问题，并给予针对性的建议。



刘静则是一位技术高超的大师，她能在各种复杂姿势中找到最优解，为追求完美而努力。

鲜明的是她的教学方式：她会讲述故事，用比喻形容不同的姿势，让学习变得更加生动有趣。



g"></p><p>以上就是我们介绍的一些具有代表性的瑜伽老师们。无论是沈浩、秦菲还是刘静，每一位老师都有它们独特的地方，它们共同为我们带来了丰富多彩的人生旅程。在这个世界上，有这样的瑜伽老师真是太好了，他们不仅教会了我们如何做正确的姿势，更重要的是，他们教会了我们如何享受生活中的每一个瞬间。</p><p>下载本文pdf文件</p>