



Hormon Yoga

Geschlossener Kurs mit Stefanie



Aus- und Fortbildungen:

- Yin und Yang (Vinyasa) Yoga Teacher nach den Richtlinien der Yoga Alliance (divali yoga)
- Energietrainerin – Yoga Vidya,
- Yoga für Senioren – Yoga Vidya
- **Hormon-Yogatherapie nach Dinah Rodrigues nach den Richtlinien von Yoga Vidya,**

8 Termine: Montag, 20.01.20 – 09.03.20
20:00 – 21:30 Uhr

Hormon-Yoga bietet einen ganzheitlichen Ansatz um hormonelle und Wechseljahresbeschwerden vorzubeugen, entgegenzuwirken und zu lindern. Die einzelnen Übungen wirken auf energetischer Ebene gezielt auf das weibliche Hormon- und Drüsen-System und führen bei regelmäßiger Praxis nachweislich zu guten Ergebnissen, d.h. zu einem Anstieg des Hormonspiegels.

Hormon-Yoga begleitet jüngere Frauen mit hormonellen Dysbalancen, z.B. PMS-Beschwerden und Frauen in den „Wechseljahren“.

Hormon-Yoga wirkt positiv auf das vegetative Nervensystem, führt zu mehr Vitalität und Ausgeglichenheit.

Hormon-Yoga kann z.B. bei hormonbedingtem Krebs oder schwerer Endometriose nicht praktiziert werden. Es ist daher erforderlich Krankheiten der Kursleitung gegenüber anzusprechen und eventuell Rücksprache mit dem Arzt zu halten.

Gebühr: 120,-€ für 8 Termine; auch für unsere Karten- und Abo-Teilnehmer buchbar.
Anmeldung erforderlich unter info@divali-yoga.de oder direkt im Studio.



Hormon Yoga

Geschlossener Kurs mit Stefanie



Aus- und Fortbildungen:

- Yin und Yang (Vinyasa) Yoga Teacher nach den Richtlinien der Yoga Alliance (divali yoga)
- Energietrainerin – Yoga Vidya,
- Yoga für Senioren – Yoga Vidya
- **Hormon-Yogatherapie nach Dinah Rodrigues nach den Richtlinien von Yoga Vidya,**

8 Termine: Montag, 20.01.20 – 09.03.20
20:00 – 21:30 Uhr

Hormon-Yoga bietet einen ganzheitlichen Ansatz um hormonelle und Wechseljahresbeschwerden vorzubeugen, entgegenzuwirken und zu lindern. Die einzelnen Übungen wirken auf energetischer Ebene gezielt auf das weibliche Hormon- und Drüsen-System und führen bei regelmäßiger Praxis nachweislich zu guten Ergebnissen, d.h. zu einem Anstieg des Hormonspiegels.

Hormon-Yoga begleitet jüngere Frauen mit hormonellen Dysbalancen, z.B. PMS-Beschwerden und Frauen in den „Wechseljahren“.

Hormon-Yoga wirkt positiv auf das vegetative Nervensystem, führt zu mehr Vitalität und Ausgeglichenheit.

Hormon-Yoga kann z.B. bei hormonbedingtem Krebs oder schwerer Endometriose nicht praktiziert werden. Es ist daher erforderlich Krankheiten der Kursleitung gegenüber anzusprechen und eventuell Rücksprache mit dem Arzt zu halten.

Gebühr: 120,-€ für 8 Termine; auch für unsere Karten- und Abo-Teilnehmer buchbar.
Anmeldung erforderlich unter info@divali-yoga.de oder direkt im Studio.