



# Hormon Yoga

Einführungs-Workshop mit Stefanie



*Nach Teilnahmen an diesem Workshop kannst du an laufenden Hormon Yoga-Kursen bei divali yoga teilnehmen*

---

Samstag, 04.04.20

14:30 – 18:00 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: 49,- €;**

**Für divali Abo- oder Kartenbesitzer: 42,-€**

**Anmeldung erforderlich unter [info@divali-yoga.de](mailto:info@divali-yoga.de) oder direkt im Studio. [vali-yoga.de](http://vali-yoga.de) oder direkt im Studio.**

divali yoga GmbH  
Geschäftsführerin Katrin Siedhoff  
Studio: Paul-Kosmalla-Str. 22  
45472 Mülheim an der Ruhr

Sparkasse Mülheim an der Ruhr  
IBAN DE50 3625 0000 0175 1623 80  
HRB 31343  
St.-Nr. 120/5739/2370

0176 – 646 29 722  
[info@divali-yoga.de](mailto:info@divali-yoga.de)  
[divali-yoga.de](http://divali-yoga.de)  
[facebook.com/divaliyoga](https://facebook.com/divaliyoga)