



Hormon Yoga

Einführungs-Workshop mit Stefanie



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

Sonntag, 12.09.21

13:00 – 15:30 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: 35,- €;

Für divali Abo- oder Kartenbesitzer: 25,-€

Anmeldung erforderlich unter info@divali-yoga.de oder direkt im Studio in der Heinrich-Lemberg-Str. 19a.