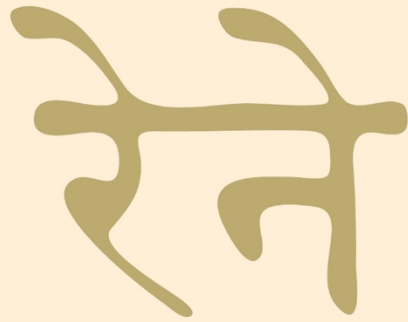


ZERTIFIKAT



Yin Restorative Yogatherapie Modul 3

Bestätigung über die erfolgreiche Teilnahme an der Online-Weiterbildung

Anna Drieger

Die Online-Ausbildung umfasste 50 Unterrichtseinheiten und beinhaltete folgende Themen:

- Ausführung der Restorative Asanas nach therapeutischen Verfahren
- Restorative Yoga im Einzelunterricht nach therapeutischen Verfahren vermitteln
- Wirkung der einzelnen Restorative Yoga Haltungen auf den Bewegungsapparat, das Nervensystem und die Organe
- Anatomie-Kenntnisse über die Regulationssysteme Parasympathikus und Sympathikus
- Grundlegende Atemübungen zur Linderung bei körperlichen Beschwerden
- Mudras zur therapeutischen und spirituellen Weiterentwicklung des Menschen
- Weiterführende Anwendung der Fingerdrucktherapie und vertiefendes Wissen zu den neurovaskulären Kontaktpunkten und Organen.

René Hug

www.reneyoga.ch | info@reneyoga.ch

Zürich, 21.11.2021

Datum