



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat **Yoga Personaltrainer/in / Yogatherapeutische/r Berater/in 100h**

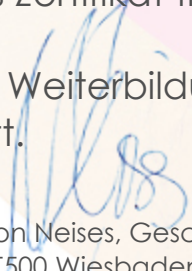
Frau Nadine Hein

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Yoga
Personaltrainer/in / Yogatherapeutische/r Berater/in -
Bewegungsapparat 100h teilgenommen.

Die Entwicklung des Lehrgangskonzeptes erfolgte durch WAY
Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit
nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg nachgewiesen.
Das Zertifikat trägt die Nummer 1018-4533.

Die Weiterbildung fand in der Zeit vom 13.11.2020 - 20.11.2020
statt.


Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500 Wiesbaden den 20.11.2020



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasste 100 Unterrichtseinheiten von 45 Minuten.

Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Einführung in die Yogatherapie / Personaltraining
- Unterschied Yogatherapie / Personaltraining
- Aufbau yogatherapeutische Stunde
- Aufbau Personaltraining
- Einführung in die Körpersysteme
- Arbeiten mit dem Anamnesebogen
- Medizinische Grundlagen
- Aufbau der menschlichen Zelle
- Bewegungsapparat – Skelett
- Bewegungsapparat – Muskeln
- Bewegungsapparat - Faszien
- Krankheiten des Bewegungsapparats
- Atemphysiologie und Pranayama
- Fortgeschrittene Meditation
- Energielehre und Entspannungsverfahren
- Einführung in die Upanishaden
- Mudras und Mantren
- Yogatherapeutische Reihe für den Rücken
- Yogatherapeutische Reihe für Atemwegserkrankungen