

Yogalehrer/in, -therapeut/in

Kostenfreier Infoabend

BEAUTY / WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation, deren gesundheitsfördernde und heilende Effekte längst auch bei uns Einzug gehalten haben.

Als Yogalehrer/-therapeut vermitteln Sie diese praktischen Übungen an Individuen und Gruppen auf höchstem Niveau. Im Verlauf der Ausbildung lernen Sie alle entspannenden und therapeutischen

Einsatzmöglichkeiten, Indikationen und Kontraindikationen. Yoga hilft auch, die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

Seminarinhalte:

- Yoga-Philosophie und Geschichte / Quellentexte (exemplarisch)
- Die großen Yoga-Wege
- Astanga-Yoga (Patanjali, 8-facher Pfad)
- Medizinische Grundlagen
- Therapeutische Körperstellungen (Asana)
- Iyengar-Yoga
- Yoga-Atemtherapie / Atemtechniken (Pranayama)
- Meditation
- Entgiftungs- und Reinigungstechniken (Satkarma / Kriya)
- Kundalini-Yoga
- Energieansammlung und Energielenkung (Bandha, Mudra)
- Ernährung im Yoga
- Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis

Wir laden Sie ein, mehr über die Ausbildung zu erfahren, erste Übungen und die Dozenten kennenzulernen.

Dozent/in HP Stefanie Alfa: Jg. 68. Nach zwei Jahren als Arzthelferin begann Stefanie Alfa 1991 ein Studium der Humanmedizin an der Ruhr-Universität in Bochum. 1999 folgte der Abschluss als Krankenschwester an der Krankenpflegeschule des Märkischen Kreises. Anschließend arbeitete sie als Krankenschwester und stellvertretende Stationsleiterin auf einer neurologisch/ gastroenterologischen Station. Im Jahr 2001 schloss sie die Ausbildung zur Heilpraktikerin ab. Sie ist ebenfalls als Betreuerin von Fastengruppen tätig. Weitere Schwerpunkte sind die Fußreflexzonentherapie und die Dorn-Breuß Behandlung. Eine intensive Ausbildung in der Traditionellen Chinesischen Medizin erfolgte in den Jahren 2006 bis 2008. Die Erkenntnisse aus der Ausbildung wurden unmittelbar in der Praxis umgesetzt. Im Jahre 2007 ging Stefanie Alfa mit einer Studentengruppe an die Universität Nanning in Südchina zum Studium und zur praktischen Arbeit mit der TCM im Universitätskrankenhaus.

Termine:

Di. 23.03.2021

18:00-20:00 Uhr

Preis:

Kostenfrei! *

Seminarort:

Paracelsus Schule

Hansastraße 7-11

44137 Dortmund

Tel. 0231 - 914 31 21

Seminarnummer:

INF46230321

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

