

# Faszienyoga

## BEAUTY / WELLNESS



Die Heilkraft des Bindegewebes nutzen mit traditionellen Yoga-Inhalten.

Faszie ist ein neuer Begriff für das Bindegewebe, das in der Naturheilkunde schon immer eine große Rolle gespielt hat. Auf leicht verständliche Weise werden Sie Yogahaltungen kennen lernen, bei denen Sie die klassische Ausrichtung ein wenig verlassen, um die Bindegewebszellen des faszialen Ganzkörperanzugs zu stimulieren, ihn

reißfest und gleichzeitig elastisch und geschmeidig werden zu lassen.

Wir öffnen mit Faszien-Yoga einen Raum, der uns, wenn wir dort eintauchen, ganz tief und fest in sich verankert.

Seminarinhalt:

- Myofasziale Leitbahnen
- Schütteln, federn und schwingen
- Faszienrolle und andere Hilfsmittel
- Yin-Yoga mit lang gehaltenen, schmelzenden Dehnungen
- Aktivierung des Energieflusses

Das Seminarangebot richtet sich an Heilpraktiker(-anwärter), Therapeuten aus dem Beauty- und Wellnessbereich sowie an Physiotherapeuten und alle am Thema interessierten Personen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte bequeme Kleidung, eine Yogamatte, Kissen und Decke mitbringen.

**Dozent/in Annette Madré:** Jg. 1967. Sie war in verschiedenen Werbeagenturen als Graphikerin tätig. Seit 2003 praktizierte sie zunächst Kundalini Yoga und startete ihre Yoga-Ausbildung 2015, die sie mit einer Zertifizierung durch die Yoga Alliance (AYA) abschloss. 2017 folgte die Ausbildung mit Krankenkassenzulassung. Eine Vertiefung im Bereich Best Ager, in Mental Yin Yoga und Meridianlehre, Yoga Therapie und Anatomie, Pranayama und Faszien sowie regelmäßige Weiterbildungen u.a. in Kerala (Indien) und in Atem Pranayama und Psyche schlossen sich an. Seit 2012 unterrichtet sie hauptberuflich Yoga und Gesundheitskurse und ist nun schon seit fast zehn Jahren an den Paracelsus Schulen tätig.

Termine:

**Sa. 04.05.2024**

**So. 05.05.2024**

jew. 10:00-16:00 Uhr

Preis:

**280,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Berliner Platz 11  
97080 Würzburg  
Tel. 0931 - 57 33 22**

Seminarnummer:

**SSB87090324V2**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

