



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Lehrgangszertifikat

Yogalehrer Yogatherapie 100h

Anja Wiegand

hat erfolgreich an dem Zertifikatslehrgang WAY Yoga
Yogatherapie 100h teilgenommen.

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

Der lehrgangsinterne Test wurde mit Erfolg nachgewiesen.
Dieses Zertifikat trägt die Nummer 000290.

Die Weiterbildung fand in der Zeit vom 22.04. - 29.04.2019 statt.

Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500

Wiesbaden, den 29.04.2019

WAY
Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit · www.way-yoga.de



WAY

Europäische Akademie für **Yoga** und ganzheitliche Gesundheit

Die Ausbildung umfasste 100 Lehrstunden.
Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Unterschiede Personaltraining/Yogatherapie
- Yoga für den Rücken
- Anatomie und Krankheitslehre:
 - Bewegungsapparat – Skelett und Muskeln
 - Verdauungssystem + Harnsystem
 - Herz-Kreislaufsystem
 - Lymphsystem + Immunsystem
 - Hormonsystem
- Yoga bei Atemwegserkrankungen
- Fortgeschrittene Pranayamatechniken
- Fortgeschrittene Meditationsformen
- Energetische Anatomie:
 - Einführung Kundalini Energie
 - Einführung in die fünf Vayus
- Einführung in die Bhagavad Gita
- Einführung Detox-Yoga