



Wiener
Yogaschule

Zertifikat

Hormon Yogalehrerin

Regina Pahl

hat die Ausbildung zur Hormon Yogalehrerin

am 6. September 2020

im Umfang von 60 UE absolviert
und die Abschlußprüfung erfolgreich abgeschlossen.

Inhalte der Hormonyoga Ausbildung:

- Bandhas im Hormonyoga
- Pranayama im Hormonyoga
- Asanas im Hormonyoga
- Anatomie: Hormon- und Atemsystem, Wechsel
- Technik, Methodik und Didaktik einer Hormonyogastunde
- Entspannungsübungen im Hormonyoga



Wiener
Yogaschule

1060 Wien, Gumpendorferstrasse 132/1/8
office@wiener yogaschule.at
www.wiener yogaschule.at