



Zertifikat

Martina Schörghofer

hat die Ausbildung zur

Gesundheitsyoga-Lehrerin

absolviert und die theoretische und praktische Abschlussprüfung erfolgreich bestanden.

Die Ausbildung vertieft die Yogalehrer-Grundausbildung im Bereich Anatomie und Physiologie im Hinblick auf Krankheitsprävention; sie umfasst insgesamt 75 Stunden.

Theorie und Anatomie: Body-Reading / Erkennen von Fehlhaltungen; Analyse und Zusammenstellen von sanften Übungen, die helfen können; Vermittlung genauer physiologischer Kenntnisse, Bewegungsabläufen und Fehlhaltungen und deren Auswirkungen; Entspannung, Anti Burnout, Maßnahmen gegen Stress; Anamnese-Gespräche

Inhalte in der Praxis: Übungen zu diversen Beschwerdebildern, korrektes und passendes Anleiten

Asato Ma Sat Gamaya
Tamaso Ma Jyotir Gamaya
Mrityor Ma Amritam Gamaya

Salzburg, am 22.4.2018

Stefan Schwager
Yoga-Akademie Austria
Ausbildungsleiter

Arjuna P. Nathschläger
Yoga-Akademie Austria
Institutsleiter



ॐ नमः शिवाय