



Institut für Yoga Kurse und Ausbildungen

# Zertifikat

**Anja Gretzschel**

hat die 6monatige Weiterbildung

**Yogatherapie**

erfolgreich absolviert.

Anja Gretzschel hat an allen Ausbildungsterminen mit  
insgesamt 120 Stunden teilgenommen.

Wir wünschen viel Erfolg und alles Gute auf dem weiteren Yoga-Weg!

Marburg, 11.06.2017

**Werner Hölling**

**Ausbildungsleitung**

### **Dauer der Ausbildung:**

Frau Anja Gretzschel, geboren am 15.06.1966, hat von Januar 2017 bis Juni 2017 an der Weiterbildung „Yogatherapie“ teilgenommen.

Die Dauer der Ausbildung betrug 6 Monate und hatte einen Umfang von 120 Stunden.

### **Themen der Weiterbildung:**

- + gründliche Vermittlung der Anatomie  
(Gelenke, Muskeln, Faszien, Herz-Kreislaufsystem, Atmung)
- + Pathologie des Bewegungsapparates, Nutzen und Grenzen der physikalischen Therapie, Osteopathische Blickweise
- + Zielgruppenorientierte Planung von Yogaprogrammen und Übungssequenzen
- + Vertiefung des Wissens Einsatz Yogahilfsmittel, gezielte Hilfestellungen in den Asanas
- + Menschenbild in der Yogatherapie, Biografiearbeit, Vertiefung der Chakrenlehre
- + Geschichte der Yogatherapie
- + Erkenntnisse Gehirnforschung und Meditation
- + Coachingtechniken in der therapeutischen Gesprächsführung
- + Erarbeitung von Fallbeispielen

