

# ZERTIFIKAT

## Manuela Sievers



hat erfolgreich die 200 Stunden Ausbildung (zertifiziert durch AYA) **Yoga Alliance**

## Inside Yoga-Lehrer

mit folgenden Inhalten absolviert und die Prüfung bestanden:

- Yoga Philosophie
- Ausrichtungsprinzipien in der Asana-Praxis
- Adjustments
- Unterrichtsmethodik & Didaktik
- Meditation
- Anatomie & Pranayama

Diese Ausbildung befähigt die oben genannte Person eine ausgewogene Yogastunde zu unterrichten.

Das Thema Yoga, dessen Philosophie und Bewegungsform wird zeitgemäß angepasst und dennoch bleibt es in der Tradition verwurzelt.

Das Wissen, welches während der 200 Stunden erlernt wurde, gibt die nötige Sicherheit und Kompetenz um das Thema Yoga sowohl physisch als auch geistig zu vermitteln.

März bis November 2012

Young-Ho Kim, Richard Hackenberg  
Anika Leititis, Jang-Ho Kim

Ausbildungszeitraum

Ausbilder

*Kim* *HL*



Yoga Alliance