

ZERTIFIKAT

Frau Manuela Sievers

hat erfolgreich die AYA zertifizierte +50-Stunden-Fortbildung

THE UPGRADE

mit folgenden Inhalten absolviert:

- Coaching Workshop-Aufbau für professionelles Unterrichten
- Struktur, Inhalte und Sequencing für erfolgreiche Workshops
- Präsentation und Eigendarstellung für Yogalehrer
- Unternehmensorganisation
- fortgeschrittene Unterrichtsmethodiken
- die neuesten Updates der Ausrichtungstechniken
- therapeutische Ausrichtung in der Yogapraxis durch angewandte Anatomie und Sequencing zur Schmerzlinderung
- analytisches Verständnis unterschiedlicher Haltungsmuster und Schmerzdiagnostik
- anatomisches Verständnis für das Gleichgewicht im Bewegungsapparat
- Gleichgewicht und Verständnis von muskulären Verbindungen der Körper-Vorderseite- und -Rückseite
- gesunde Ausrichtung der Wirbelsäule durch Energiekreise
- therapeutische Ausrichtung bei Rund- und Flachrücken

Mit dieser Fortbildung wurde ein Programm von 50 Unterrichtsstunden absolviert, die sich sowohl aus Theorie- und Praxiseinheiten zusammensetzt. Gelehrt wurden alle Inhalte nach den Richtlinien der Yoga Alliance. Die Prüfung wurde in Theorie und Praxis absolviert und bestanden.

12.02. – 18.02.2018
Ausbildungszeitraum
Inside Academy Frankfurt

Young Ho Kim
Studioinhaber & Ausbildungsleiter

