



FORTBILDUNGS-AKADEMIE
DER WIRTSCHAFT (FAW)
Gemeinnützige Gesellschaft mbH
eine Einrichtung des Instituts der deutschen Wirtschaft, Köln

Zertifikat

Hatha-Yoga in der Sporttherapie

Herr Falko Reichert

hat im Rahmen der Ausbildung zum/r Sporttherapeut/in FAW/DVGS
an dem Komplex (40 Stunden) HATHA-YOGA in der Sporttherapie
mit folgenden Schwerpunkten erfolgreich teilgenommen.

- Gesundheitsfördernde Aspekte des Hatha-Yoga
- Die positiven physiologischen Wirkungen von Yogahaltungen (Asanas)
- Yoga zur Sensibilisierung des eigenen Körpers
(Abbau von muskulären Dysbalancen)
- Die zentrale Rolle der Atmung
- Praktische Regeln der Yogatherapie
- Ziele der Yogatherapie
- Kontraindikationen
- Praktische Übungsprogramme
- Lehrprobe

Leipzig, 7. April 1998


Christine Ulbricht
Dozentin