

ZERTIFIKAT

Rahel Würmli

hat im Zeitraum vom 28.9.2020 – 19.12.2021 die 200 Stunden Ausbildung

Andora Yoga-Lehrer

mit folgenden Inhalten absolviert und die Prüfung erfolgreich bestanden:

- Yoga Philosophie
- Ausrichtungsprinzipien in der Asana-Praxis
- Adjustment
- Unterrichtsmethodik
- Meditation
- Vinyasa («Sequencing»)
- Anatomie

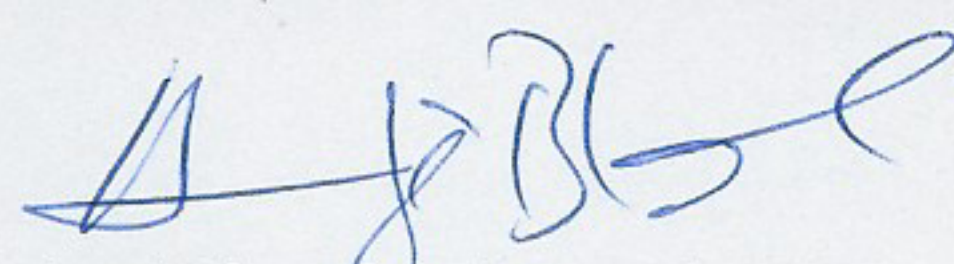
Das Wissen, welches während der 200 Stunden angeeignet wurde, gibt die nötige Sicherheit und Kompetenz, um ein gesundes Yoga sowohl physisch als auch geistig zu vermitteln.

Die ANDORA Yoga-Ausbildung verbindet das traditionelle Yoga mit den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Anatomie.

Mit dieser Ausbildung ist die oben genannte Person fähig, eine ausgewogene Yogastunde zu gestalten und zu unterrichten.

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

Dübendorf, 19. Dezember 2021


Antje Bloch, Lead Trainer

