

## Zertifikat

Fortbildung  
Individuelles Unterrichten - Begleiten mit Yoga -  
Therapeutische Anwendung des Yoga

vom 30.05.2015 bis zum 25.09.2016

***Frau Birgit Handke***

**hat an der oben genannten Fortbildung für Yogalehrende teilgenommen.**

In dieser Fortbildung hat sie eine praktische und theoretische Kompetenz erworben, die sie befähigt, Yoga im individuellen Unterrichten als therapeutisches Medium, als Präventionsmaßnahme und für individuelle Begleitung in krisenhaften Lebenssituationen anzuwenden.

Der **Gesamtumfang der Fortbildung** umfasste:

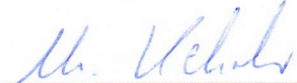
160 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten

### **Inhalte der Fortbildung:**

Therapeutische Übungspraxisgestaltung, ausgewählte Aspekte der Anatomie und Physiologie, ausgewählte Krankheitsbilder, Anamneseerhebung, Gesprächsführung, Anleitungsmodelle zur Lebensführung und Lebensstrukturierung, Studium des Yoga Sutra Grundlagentextes in seiner Bedeutung für die individuelle Arbeit mit Yoga, praktische Aspekte und Reflexion ihrer Rolle als Yogalehrerin.

Zum Abschluss der Fortbildung hat Frau Handke drei schriftlich dokumentierte Fälle von selbstständiger individueller Begleitung durch Yoga (mindestens jeweils fünf zusammenhängende Unterrichtsstunden) vorgelegt.

Bonn, den 25.09.2016



Michaela Kehrle  
Yogalehrerin BDY/EYU, Yoga-Ausbilderin  
Fortbildungsleitung