

www.yinyoga.de

## Teilnahmebestätigung über Yin Yoga-Aufbau-Ausbildung: Teil III

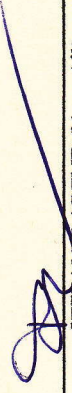
Nicole Brining

hat erfolgreich an einer Yin Yoga-Aufbau-Ausbildung mit 18 Unterrichtsstunden unter Leitung von Stefanie Arend teilgenommen.

Inhalte Aufbau-Ausbildung Yin Yoga & Faszien:

- 2 ausgedehnte Yin-Sequenzen Praxis
- Erläuterung des Faszien-systems und der neuesten Forschungen-kenntnisse aus internationaler Sicht
- Wirkung von Yin Yoga auf das Faszien-system
- Einsatz verschiedener Techniken und Hilfsmittel zur Unterstützung gesunder und geschmeidiger Faszien
- Yin Yoga und Schmerz-minimierung
- Yin Yoga und Entgiftung
- Raum für offene Fragen

Lindlar, 10. April 2016

  
STEFANIE AREND (Yoga Alliance E-RYT 500)