

Weiterbildungsnachweis

für

Name Theres von Allmen

Adresse Bärholzstr. 35

Wohnort 5610 Wohlen

Kurstitel **Yoga in der Schwangerschaft**

Kursleitung Brigitte Bruni ist Hebamme und dipl. Yogalehrerin YS, Craniosacral Therapeutin und Komplementär-Therapeutin OdA KTTC, Methode: Yoga Therapie und Craniosacral Therapie
Carla Felber ist Heilpädagogin, dipl. Yogalehrerin YS, Leiterin Ausbildungsschule Lotos Zürich und KomplementärTherapeutin OdA KTTC, Methode: Yoga Therapie

Kursort Yoga-Zentrum Lotos, Rütimeyerstrasse 40, Basel

Daten 30. April/1. Mai 2016, 28./29. Mai 2016

FN 2 Wochenenden total 24h

Kursinhalt Die schwangere Frau (physiologische und pathologische Veränderungen im 1., 2. und 3. Trimenon) – Geburt. Körper- und Meditationsübungen für Schwangere. Atemtechniken in der Schwangerschaft und für die Geburt. Übungsmöglichkeiten für Schwangere in regulären Yogaklassen. Lektionsskizzen für Yoga in der Schwangerschaft. Sicherheit im Unterricht mit schwangeren Frauen gewinnen.

Kursziel Auseinandersetzung mit der besonderen Lebenssituation der schwangeren Frau. Körperliche Veränderungen, Geburtsphysiologie und wichtige Krankheitsbilder kennen lernen. Geeignete Asanas, Pranayamas und Meditationsübungen kennen. Grundlagen für den Unterricht mit schwangeren Frauen in regulären Yogakursen. Lektionsaufbau erarbeiten, Lektionen skizzieren und Lektionsbeispiele kennen lernen.

Kurskosten Mitglieder Yoga Schweiz Fr. 640.-; Nichtmitglieder Fr. 720.-

Die Seminargebühr wurde direkt der Kursleitung bezahlt. Steuerbeleg: der Weiterbildungsnachweis gilt zusammen mit den Zahlungsbelegen des Kursteilnehmers als Weiterbildungsbeleg für die Steuerverwaltung.

Ort, Datum

Basel, 29.5.16

Unterschrift der Kursleitung


Carla Felber

Yoga Schweiz Suisse Svizzera

Aarberggasse 21 · CH-3011 Bern

T 031 311 07 17 · info@yoga.ch · www.yoga.ch