

**Hormonyoga – Seminar für Vitalität, Ausgeglichenheit & Schönheit (OUC 16)**

27.07. - 03.08.2019

Entdecke in diesem Seminar die positiven Auswirkungen des Hormonyoga.

Hormonelle Ausgeglichenheit bringt dir Energie, Freude und die Lust deinen Alltag liebevoll und bewusst zu gestalten. Ausgeglichen sein heisst entspannt sein. Du lernst die Übungsreihe nach Dinah Rodrigues und effektive Übungen zur Stressbewältigung mit Entspannungstechniken kennen.

Hormonyoga hält dein Körpersystem in Balance, schafft Abhilfe bei Leiden während den Wechseljahren sowie bei Regelschmerzen. Es sorgt für guten Schlaf und verbessert die Gedächtnisleistung. Die Reaktivierung der Hormonproduktion bringt dich in Schwung, macht schön und gleicht dich aus.

Dinah Rodrigues ist 91 Jahre alt und kommt aus Brasilien. Sie ist das beste Beispiel wie Hormonyoga wirkt. Sie reist um die Welt und verbreitet ihre Lehre. Die von ihr entwickelte Übungsreihe ist ein geprüftes, bewährtes System, welches sehr erfolgreiche Resultate erzielt.

Hormonyoga ist jeder Frau ab 35 Jahren zu empfehlen, kann jedoch schon früher praktiziert werden, da es viele positive Aspekte hat. Es hilft auch bei Schilddrüsenunterfunktion oder bei unerfülltem Kinderwunsch.

Für Männer werden einige Übungen angepasst.

Das Seminar hat auch viel Raum um auf die Bedürfnisse der Teilnehmer einzugehen. Du hast genügend Zeit um das Baden an den schönen Stränden und das Ruhen zwischen den Olivenhainen zu geniessen. Gönn dir was du brauchst und lass deine Seele baumeln. SAT NAM

Kurszeit: ca. 3-4 Std./Tag

Preis: € 890

**Ishwari Yvonne Von Rotz**



- 2005** Yogalehrerin BYV EFYTA
- 2007** Yoga-Therapies VYASA Indien
- 2012** Bowen-Therapeutin
- 2017** Emmett-Therapeutin
- 2014** Geistiges Heilen & Medialität mit Renée Bonanomi
- 2018** **Hormonyoga** Dinah Rodrigues begl. Tänzerin & Tanzimprovisation