



HORMON-YOGATHERAPIE

NEUE KURSE AB NOVEMBER

Hormon-Yogatherapie, entwickelt von Dinah Rodrigues, ist eine natürliche, ganzheitliche Methode und dynamische Form der Yogatherapie.

Dinah, die 91-jährige Erfinderin der Hormon-Yogatherapie (HYT), ist der lebende Beweis dafür, dass die regelmäßige Praxis ihrer Yogatherapie eine äußerst positive Wirkung auf die Gesundheit hat, indem die Hormonproduktion in den endokrinen Drüsen gezielt reaktiviert wird.

Mehr über Dinah hier:

www.dinahrodrigues.com.br

Regelmäßiges Training kann das Hormonsystem harmonisieren und somit unangenehme Symptome eines niedrigen Hormonspiegels beseitigen, wie z.B. Wechseljahresbeschwerden, polyzystisches Ovarialsyndrom, Menstruationsstörungen, Eierstockzysten und mehr.

Bewegung stärkt das Immunsystem und verjüngt den Körper. Die Einfachheit dieser Übungen macht HYT für jedermann geeignet und erfordert keine vorherigen Yoga Erfahrungen.

HYT, regelmäßig und korrekt ausgeführt, kann die Fruchtbarkeit unterstützen und kann sogar Krankheiten vorbeugen, die unter anderem durch niedrige Hormonspiegel verursacht werden, wie z.B. Osteoporose oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Buchung über info@studio12-munich.com

STUDIO.12

POSSARTSTRASSE 12 . 81679 MÜNCHEN

+49 89.47 07 87 54 . INFO@STUDIO12-MUNICH.COM

STUDIO12-MUNICH.COM



Über die Kurse

Einführungskurs Hormon-Yogatherapie

Dieser Kurs ist Voraussetzung für die Teilnahme an der regulären Hormon-Yogatherapie.

Einführungskurs ab 15. November
immer donnerstags von 10.30 - 12.00 Uhr
Von 15.11. bis 13.12.

Kursgebühr: 190 Euro

Reguläre Hormon-Yogatherapie

Um teilnehmen zu können, muss der Einführungskurs abgeschlossen sein.

Regulärer Kurs ab 26. November
immer montags von 8.45 - 9.45 Uhr
Von 26.11. bis 17.12.

Kursgebühr: 98 Euro

Der Unterricht findet auf englisch statt.

Radka und Heidi sind beide erfahrene Yogalehrerinnen und von Dinah Rodrigues zertifiziert.
Mehr über HYT auf www.yogaforjoy.de/about-hormone-yoga-therapy/

Buchung über info@studio12-munich.com