

# Hormon-Yoga für Männer & Frauen

BEAUTY / WELLNESS



Wir freuen uns, Sie zu unserem exklusiven Workshop `Hormon-Yoga für Männer & Frauen` einzuladen. Diese Veranstaltung bietet Ihnen die einzigartige Gelegenheit, die von Dr. Dinah Rodrigues entwickelte Methode des Hormon-Yoga kennenzulernen und zu praktizieren.

Ob Frau oder Mann  
Hormon-Yoga bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Vitalität, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude zu

steigern. Die speziellen Übungen stimulieren die Aktivität der Schilddrüse, Nebennieren, Ovarien, Gonaden, Prostata und Hypophyse. Dadurch können Sie Beschwerden wie Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust oder Potenzstörungen lindern, Ihre Gesundheit und Vitalität nachhaltig fördern.

Ihre Vorteile:

- Frauen: Die Übungen stimulieren das weibliche Hormonsystem, lindern die Begleitsymptome der Menstruation und der Wechseljahre und tragen zu einem ausgeglichenen Hormonspiegel bei. Mehr Stabilität, Ausgeglichenheit und ein verbesserter Umgang mit den natürlichen Schwankungen Ihrer Hormone sind die Folge.
- Männer: Spezielle Übungen stärken die Nebennieren, fördern die Androgen Produktion und einen positiven Testosteronspiegel. Profitieren Sie von mehr Energie, gesteigerter Libido und verbesserter Konzentration. Entfalten Sie Ihre männliche Energie für ein erfülltes Leben.

Ablauf des Workshops:

- Einführung in die Grundlagen des Hormon-Yoga
- Praktische Übungen mit Schwerpunkt auf Schilddrüsen, Nieren & Nebennieren, Ovarien, Gonaden & Prostata, Hypophyse
- Tiefenentspannungen zum Abschluss jeder Session
- Ausführliches Handout für die häusliche Praxis

Wir legen großen Wert auf individuelle Betreuung und gehen auf persönliche Bedürfnisse ein.

Jeder Seminartag bietet eine in sich geschlossene Lernerfahrung!

Zielgruppen: Geeignet für HPAs, Wellnessberufe und interessierte Berufsgruppen.

Bitte mitbringen: Bequeme, lockere Kleidung.

**Dozent/in HP, PT Uwe Schmidt:** Er ist Heilpraktiker, Physiotherapeut und Yogalehrer (BDY/EYU). Er absolvierte zusätzlich zahlreiche Fortbildungen in Kinesio-Homöopathie, Manueller Therapie, Akupunktmassage nach Penzel und ist zertifizierter Rückenschultrainer. Er besitzt die Trainerlizenz für Autogenes Training und ist für Faszienyoga zertifiziert. Herr Schmidt arbeitet seit 1995 in der Erwachsenenfortbildung als Beauftragter der gesetzlichen Krankenkassen für Präventivmedizin, Rückenschulen und Hatha Yoga. Er führt eine Heilpraxis in Essen mit den Schwerpunkten Stoffwechselerkrankungen, Kinesio-Homöopathie, Yoga- und Physiotherapie. Zudem leitet er eine Einrichtung für Yoga und Prävention.

Termine:

**So. 26.01.2025**  
10:00-16:00 Uhr

Preis:

**120,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Kaiser-Wilhelm-Ring 4-6  
48145 Münster  
Tel. 0251 - 47883**

Seminarnummer:

**SSA44260125**

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

