

Jóga og áfallastreita

Heilun á opnum ævisárum með jóga

Öflugt námskeið og viðbótarmenntun
með Nicole Witthoefft

í Reykjavík

14. – 16.10.2022

Um Nicole Nicole Witthoefft
Siri Adi Kaur er sálfræðimenntaður
jógakennari og kennir Gestalt- og
jógameðferð. Hún hefur áratuga
langa og víðtæka reynslu af vinnu
með fólki með áfallasögu og hefur
því djúpa þekkingu á skilvirkri
batavinnu í gegnum jóga. Nicole er
einstaklega hjartahlý og næm. Á
námskeiðum sínum skapar hún
heilandi, opið rými sem býður upp
á tækifæri til andlegs vaxtar.

Markmið námskeiðsins
Námskeiðið veitir öruggan ramma
fyrir þig til að skilja betur eigin
reynslu, sár og einkenni
áfallastreitu. Þú munt fá faglega
hjálp við að stíga næstu skref í átt
að djúpri heilun og auknu innra
öryggi.
Ef þú ert jógakennari, þá er þetta
þriggja daga námskeið þjálfun fyrir
þig í áfallamiððu jóga. Þú lærir að
vinna með fólki með áfallastreitu á
námskeiðum þínum/í einkakennslu
og öll grundvallaratriði til að skilja
hvernig áföll hafa áhrif á huga
okkar og líkama.

Fyrir hverja: Jógakennara og
einstaklinga með áfallasögu.

Dagsetning og tímar

14.10.22 – 10.00-17.00

15.10.22 – 08.00-18.00

16.10.22 – 08.00-16.00

Verð

Staðfest fyrir: 15.08.22: 43.900 ISK

Eftir 15.08.22: 47.000 ISK

Staðsetning

tilkynnt síðar (höfuðborgarsvæðið)

Nánari upplýsingar

Friederike Berger

hugarro@hugarro.is /

sími: 8694657

Nicole Witthoefft Siri Adi Kaur

www.yogaundtraumaheilung.de