

Yoga-Coaching: Mit dem Power-Cocktail Körper, Geist und Seele stärken

ZIELGRUPPE:

- ▶ Psychologische BeraterInnen
- ▶ Coaches
- ▶ YogalehrerInnen

Der Lebens- und Arbeitsstil eines Menschen ist maßgeblich dafür mitverantwortlich, ob er körperlich und psychisch gesund bleibt oder nicht. Daher steigt das Interesse an Methoden und Denkansätzen, die die Selbstheilungskräfte im Alltag und eine ausgewogene Lebensführung unterstützen. Da Yoga als Königsweg zu einer ganzheitlichen Erfahrung gelten kann, bietet sich in Verbindung mit dem Handwerkszeug des Coaching ein hoch wirksamer Ansatz

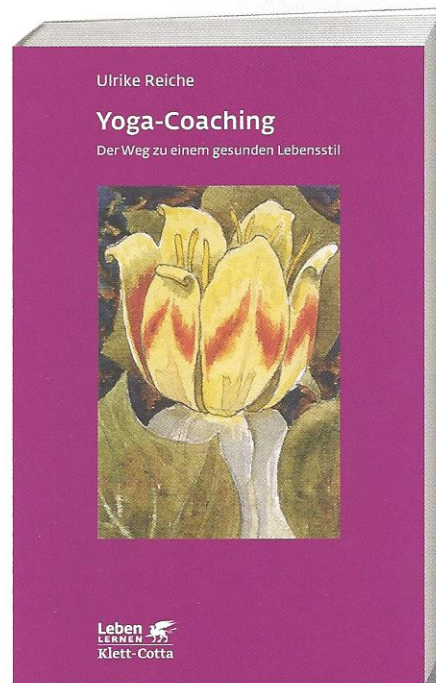
- um berufliche und private Herausforderungen besser zu meistern und die eigene Persönlichkeit zu entwickeln
- um Klienten dabei zu unterstützen, mit vorhandenen Beschwerden besser umzugehen
- stressregulierend und gesundheitsfördernd zu wirken.

- Ein innovativer Ansatz, der gut in unsere Zeit passt
- Steigende Zahl an Yoga-Praktizierenden und Coaching-Interessierten



Außerdem:

Regina Weiser,
Angela Dunemann
Yoga in der Traumatherapie
ISBN 978-3-608-89094-5



Ulrike Reiche
Yoga-Coaching
Der Weg zu einem gesunden Lebensstil

Leben Lernen 263
ca. 250 Seiten, broschiert
ca. € 26,95 (D)/sFr 36,90*/€ 27,70 (A)
ISBN 978-3-608-89142-3



■ **Erscheinungstermin: 23. September 2013**

■ **Warengruppe: 1534**

@book



Ulrike Reiche,

Systemische Beraterin (SG), Coach, Seminarleiterin und Yoga-Lehrerin; sie arbeitet als systemischer Coach und Organisationsberaterin für Gesundheit im Beruf und lebt in Frankfurt a.M.

Veranstaltungen

