



ANANDA

Ayurveda · EssGenuss

# CHRISTINE HEIMENDAHL

## Dozentin Ayurveda

Heilpraktikerin  
Ayurveda-Therapeutin  
Yogalehrerin  
Inner-Balance-Coach

Schwerpunkt:  
Lehren des Ayurveda



„Wenn wir das tun, was wir lieben, leben wir aus dem Herzen –  
kraftvoll, frei und authentisch.“

*Christine Heimendahl*



ANANDA  
Ayurveda · EssGenuss

## Über mich:

Ich bin Mama von zwei Jungs, liebe die Natur, reisen, Musik zu hören (auch mal laut), meine Herzensmenschen und das Meer.

Vor vielen Jahren entdeckte ich ein Buch mit dem Titel „Praxis-Handbuch Ayurveda“ in meiner Lieblingsbuchhandlung. Da ich immer schon offen und neugierig durch meine Leben gehe, war ich sofort fasziniert von dieser alten indischen Gesundheitslehre. Was folgten waren verschiedene Aus- und Weiterbildungen im Bereich Ayurveda, Yoga und ganzheitlicher Medizin. Zusammen mit Andreas Hollard leitete ich 8 Jahre das Ananda, eine Praxis für Ayurveda, Yoga & Ernährung in Bad Reichenhall. In dieser Zeit durfte ich mit viel Leidenschaft und Achtsamkeit viele wunderbare Menschen begleiten, bereichern und unterstützen.

Ich freue mich sehr, mein langjähriges Wissen aus den Bereichen Ayurveda und Yoga in dieser umfangreichen und fundierten Ausbildung weiterzugeben. Für mich stehen darin die Freude, Lebendigkeit und die gegenseitige Inspiration im Mittelpunkt.



[www.christine-heimendahl.de](http://www.christine-heimendahl.de)