



ZERTIFIKAT

Dieses Zertifikat bestätigt, dass

an folgendem Training teilgenommen hat.

Ort und Datum des Trainings



A handwritten signature in a cursive script, reading 'Wanda Badwal'.

Wanda Badwal • Lead Trainer



WAY



Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat **Hatha/Vinyasa Yogalehrer*in** **200h/AYA**

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Hatha/Vinyasa Yogalehrer/in 200h nach den Richtlinien der American Yoga Alliance teilgenommen.

Die Entwicklung des Ausbildungskonzeptes erfolgte durch WAY Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die WAY Akademien sind nach §6 Absatz 1 WBLVO M-V staatlich anerkannt.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg nachgewiesen. Das Zertifikat trägt die Nummer 1171-0858.


Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500 Wiesbaden, den 19.10.2023



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasste 180 Unterrichtseinheiten von 45 Minuten und 20 Stunden Hausaufgaben. Abschluss der Ausbildung bildete eine 45-minütige Lehrprobe, eine Ausarbeitung einer Yogastunde und die Beantwortung eines Fragekataloges, sowie ein Referat zur Hatha Yoga Pradipika und zum Yoga Sutra. Bestandteil dieses Zertifikates ist das WAY Zertifikat Yogalehrer/in 100h.

Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Hatha Yoga nach Yesudian für Anfänger und Mittelstufe
- Vinyasa Yoga & Hatha Yoga Flow für Anfänger und Mittelstufe
- Fortgeschrittenes Alignment und Ausrichtungsprinzipien auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene
- Aufwärmtechniken im Yoga
- Stundenaufbau, Sequencing und Kursplanung
- Ursprung und Geschichte des Yoga
- Philosophie des Yoga / Hatha Yoga Pradipika & Yoga Sutra
- Meditation, Konzentration, Entspannungsverfahren
- Anatomie und Physiologie nach dem 7 Ebenen Ansatz von Marion Neises
- Psychologie und Pädagogik des Yoga
- Atemphysiologie und Pranayama-Techniken
- Chakren Arbeit & Energetische Anatomie
- Yoga und der Einsatz der Stimme
- Mantren und Mudren
- Yoga und Business - Wie komme ich in den Markt?
- Yoga und Ernährung
- Einführung in die Progressive Muskelentspannung
- Einführung in die Yoga-Therapie

ZERTIFIKAT
für die erfolgreiche Teilnahme

Dieses Zertifikat bestätigt, dass

Lisa Anebad

an folgendem Training teilgenommen hat.

16 Std. Ayurveda & Sequencing - Yoga für die Doshas

Online, 17.-24.05.2024

Ort und Datum des Trainings



Wanda Badwal

Wanda Badwal • Lead Trainer



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat

Yogatherapeutische/r Berater/in

Bewegungsapparat | 100h / Personaltrainer/in

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Yoga Personaltrainer/in / Yogatherapeutische/r Berater/in - Bewegungsapparat 100h teilgenommen.

Die Entwicklung des Lehrgangskonzeptes erfolgte durch WAY Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die WAY Akademien sind nach §6 Absatz 1 WBLVO M-V staatlich anerkannt.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg nachgewiesen. Das Zertifikat trägt die Nummer 1218-0858.



Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500 Wiesbaden, den 19.10.2024



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasste 100 Unterrichtseinheiten von 45 Minuten.

Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Einführung in die Yogatherapie / Personaltraining
- Unterschied Yogatherapie / Personaltraining
- Aufbau yogatherapeutische Stunde
- Aufbau Personaltraining
- Einführung in die Körpersysteme
- Arbeiten mit dem Anamnesebogen
- Medizinische Grundlagen
- Aufbau der menschlichen Zelle
- Bewegungsapparat - Skelett
- Bewegungsapparat - Muskeln
- Bewegungsapparat - Faszien
- Krankheiten des Bewegungsapparats
- Atemphysiologie und Pranayama
- Fortgeschrittene Meditation
- Energielehre und Entspannungsverfahren
- Einführung in die Upanishaden
- Mudras und Mantren
- Yogatherapeutische Reihe für den Rücken
- Yogatherapeutische Reihe für Atemwegserkrankungen



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat

Yogische*r Mobilitätstrainer*in

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Yogische*r
Mobilitätstrainer*in teilgenommen.

Die Entwicklung des Ausbildungskonzeptes erfolgte durch WAY
Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit
nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Inhalt des Kurses
waren Mobilitätstechniken im Rahmen der Yoga Ausbildung.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg absolviert.



Marion Neises, Geschäftsführung
Yogalehrerin E-RYT500
19.10.2024



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat

Yogatherapeutische/r Berater/in - Innere Organe 100h

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang
Yogatherapeutische/r Berater/in - Innere Organe 100h
teilgenommen.

Die Entwicklung des Lehrgangskonzeptes erfolgte durch WAY
Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit
nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die WAY
Akademien sind nach §6 Absatz 1 WBLVO M-V staatlich
anerkannt.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg nachgewiesen.
Das Zertifikat trägt die Nummer 1067-0858.


Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500 Wiesbaden, den 29.11.2024



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasste 90 Unterrichtseinheiten von 45 Minuten und 10 Stunden Hausaufgaben. Abschluß der Ausbildung bildete eine Lehrprobe.

Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Yogatherapie für die inneren Organe
- Aufbau einer yogatherapeutischen Stunde
- Arbeiten mit dem Anamnesebogen
- Savasana in der Yogatherapie Innere Organe
- Medizinische Grundlagen
- Einführung in das Herz-Kreislauf-System
- Yogatherapie bei Krankheiten des Herz-Kreislaufsystems
- Einführung in das Lymph- und Immunsystem
- Yogatherapie bei Krankheiten des Lymph- und Immunsystem
- Einführung in das endokrine System
- Yogatherapie bei Krankheiten des endokrinen Systems
- Einführung in das Verdauungssystem
- Yogatherapie bei Krankheiten des Verdauungssystems
- Fortgeschrittene Energetische Anatomie
- Kriyas / Reinigungstechniken
- Fortgeschrittene Pranayama Techniken
- Einführung in das Detox-Yoga
- Ayurveda für die inneren Organe
- Einführung in die fortgeschrittene Meditation
- Yoga Philosophie - Einführung in die Bhagavad Gita



WAY



Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat

**Prä- & Postnatal Yogalehrer*in |
100h**

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Prä- und Postnatal Yogalehrer/in 100h nach den Richtlinien der American Yoga Alliance teilgenommen.

Die Entwicklung des Lehrgangskonzeptes erfolgte durch WAY Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Die WAY Akademien sind nach §6 Absatz 1 WBLVO M-V staatlich anerkannt.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg nachgewiesen. Das Zertifikat trägt die Nummer 1008-0858.


Marion Neises, Geschäftsleitung
E-RYT500 Wiesbaden, den 16.12.2024



WAY



Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasste 80 Unterrichtseinheiten von 45 Minuten und 20 Stunden Hausaufgaben.

Folgende Themen wurden unterrichtet:

- Einführung in das Prä-/ Postnatale Yoga
- Die Phasen einer Schwangerschaft und die Veränderung der Frau
- Yoga und Atemtechniken im Geburtsverlauf
- Die Psyche einer schwangeren Frau
- Schwangerschaftshormone und Psyche
- Die Entwicklung des Kindes im Mutterleib
- Stärkung der Mutter-Kind-Bindung
- Anatomie der Frau nach der Geburt
- Die drei Schichten des Beckenbodens
- Beckenbodentraining
- Die Psyche der Frau nach der Entbindung
- Einführung Mutter/Baby Yoga



WAY

Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Zertifikat

Mama-Baby-Yogatrainner*in

Lisa Anebad

hat erfolgreich an dem WAY Zertifikatslehrgang Mama-Baby-Yogatrainner*in teilgenommen.

Die Entwicklung des Ausbildungskonzeptes erfolgte durch WAY Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Inhalt des Kurses waren Mama-Baby-Yoga und Entspannungsübungen.

Die lehrgangsinterne Prüfung wurde mit Erfolg absolviert.

Marion Neises, Geschäftsführung
Yogalehrerin E-RYT500
16.12.2024