



 **Beauty und Wellness**

## Jahreszeiten Yoga – Element Feuer

Basis sind die fünf chinesischen Jahreszeiten, die durch fünf Elemente und ihre Eigenschaften unsere Lebenskraft über die Meridiane im Körper fließen lassen.

Jeder Jahreszeit entspricht ein Organsystem mit seinem Yin- und Yang-Aspekt.

Die Yin-Yoga-Praxis soll helfen, die Yin- und Yang-Kräfte in ein gesundes Gleichgewicht zu bringen. Die Haltungen werden liegend oder sitzend ausgeführt und zwischen ein bis drei Minuten lang gehalten.

Es ist der Moment des „Nichts Tuns“, der sanften Dehnung und der tiefen Entspannung, der magische Moment der inneren Ruhe und des bewussten Loslassens.

Das Feuer-Element steht für die Lebensphase des Heranwachsenden, für die Zeit des Sommers und für die Hitze. Dem Feuer werden die Organe Herz und Dünndarm zugeschrieben. Der Dünndarm trennt das Gute vom Schlechten, auch auf emotionaler Ebene. Das Herz steht für die Harmonie unserer Seele.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Das Seminar ist für Entspannungstherapeuten/innen, Fachkräfte aus dem Beauty- und Wellnessbereich, sowie energetisch interessierte Therapeuten/innen geeignet.

### Termin

So, 12.07.2026  
10:00-16:00 Uhr

### Preis

130,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Heilbronn  
Schellengasse 2  
74072 Heilbronn  
Tel. 07131-62 98 41

### Seminarnummer

SSH71120726

### Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 10.02.2026

### Dozentin

#### Anna Zardai

Jg. 1959. Ausbildung als Yogalehrerin. Fortbildungen in den Bereichen Entspannung, Klangmassage, Yoga und Phytotherapie an der Paracelsus Schule. Weitere Ausbildungen als Trainerin für Pilates-, Faszien-, Wirbelsäulengymnastik und Yin Yoga.