



 Beauty und Wellness

## Jahreszeiten Yoga – Element Holz

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 Element Holz ist dem Frühling zugeordnet. Es symbolisiert die Kindheit, das Wachstum, die Phase in der alles sprießt und gedeiht. Dem Element Holz werden die Organe Leber – die für den freien Fluss der Energie im Körper sorgt – und die Gallenblase zugeschrieben.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

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

### Termin

Mo, 31.08.2026  
10:00–16:00 Uhr

### Preis

130,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Bielefeld  
Herforder Str. 74  
33602 Bielefeld  
Tel. 0521-136 80 63

### Seminarnummer

SSH48310826V1

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 04.05.2026

Dozent

### Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.