



 Naturheilkunde

## Yoga als Therapieform bei Rückenschmerzen

Yoga als sanfte und bewusste `Bewegungs- und Atemschule` ist gerade in unserer rastlosen Zeit ein hilfreiches Instrument, um innerlich ausgeglichen, in Harmonie und `sich seiner selbst bewusst` zu bleiben oder wieder zu werden.

Die Yoga-Übungen dieses Seminars helfen beim Lösen von körperlichen und seelischen Verspannungen, führen uns in die ganzheitliche Entspannung und lenken unsere Aufmerksamkeit zeitgleich auf den Atem.

Die Bauch- und Rückenmuskulatur wird durch die Auswahl unserer Übungen tiefenwirksam gekräftigt. Das Lebensgefühl wird positiv, befreit und optimistisch.

Das Seminar eignet sich für Heilpraktiker/innen und Therapeuten/innen, die keine Yogavorkenntnisse benötigen.

Sie benötigen eine Matte, Kissen und bequeme Kleidung.

### Termin

Sa, 22.08.2026  
10:00–13:00 Uhr

### Preis

95,00 €

### Schule

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

### Seminarnummer

SSH48220826

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 26.06.2026

Dozentin

## Katerina Gimenez

Jg. 1979. Frau Gimenez ist diplomierte Sportlehrerin im freien Beruf, seit vielen Jahren im Bereich Bewegung, Yoga und ganzheitliche Gesundheitsförderung tätig. Nach ihrer Ausbildung im Jahr 2001 sammelte sie umfangreiche Erfahrungen als Trainerin, Personaltrainerin und Leitungskraft im Fitness- und Gesundheitsbereich. Seit 2004 vertiefte sie ihre Kenntnisse durch zahlreiche Aus- und Weiterbildungen im Hatha- und Kundalini-Yoga, in Entspannungstechniken sowie in ganzheitlicher Körper- und Bewusstseinsarbeit. Ergänzend absolvierte sie Fortbildungen in Reiki, Geistheilung, spiritueller Beratung und energetischen Heilmethoden. Als anerkannte Kursleiterin für Wirbelsäulengymnastik nach §20 begleitet sie Menschen mit einem ganzheitlichen Ansatz zu mehr Körperbewusstsein, Balance und Wohlbefinden.