

# Hormon-Yoga für Männer & Frauen

## NATURHEILKUNDE



Wir freuen uns, Sie zu unserem exklusiven Workshop 'Hormon-Yoga für Männer & Frauen' einzuladen. Diese Veranstaltung bietet Ihnen die einzigartige Gelegenheit, die von Dr. Dinah Rodrigues entwickelte Methode des Hormon-Yoga kennenzulernen und zu praktizieren.

### Ob Frau oder Mann

Hormon-Yoga bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre Vitalität, Leistungsfähigkeit und Lebensfreude zu steigern. Die speziellen Übungen stimulieren die Aktivität der Schilddrüse, Nebennieren, Ovarien, Gonaden, Prostata und Hypophyse. Dadurch können Sie Beschwerden wie Müdigkeit, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust oder Potenzstörungen lindern, Ihre Gesundheit und Vitalität nachhaltig fördern.

### Ihre Vorteile:

- Frauen: Die Übungen stimulieren das weibliche Hormonsystem, lindern die Begleiterscheinungen der Menstruation und der Wechseljahre und tragen zu einem ausgeglichenen Hormonspiegel bei. Mehr Stabilität, Ausgeglichenheit und ein verbesserter Umgang mit den natürlichen Schwankungen Ihrer Hormone sind die Folge.
- Männer: Spezielle Übungen stärken die Nebennieren, fördern die Androgen Produktion und einen positiven Testosteronspiegel. Profitieren Sie von mehr Energie, gesteigerter Libido und verbesserter Konzentration. Entfalten Sie Ihre männliche Energie für ein erfülltes Leben.

### Ablauf des Workshops:

- Einführung in die Grundlagen des Hormon-Yoga
- Praktische Übungen mit Schwerpunkt auf Schilddrüsen, Nieren & Nebennieren, Ovarien, Gonaden & Prostata, Hypophyse
- Tiefenentspannungen zum Abschluss jeder Session
- Ausführliches Handout für die häusliche Praxis

Wir legen großen Wert auf individuelle Betreuung und gehen auf persönliche Bedürfnisse ein. Jeder Seminartag bietet eine in sich geschlossene Lernerfahrung!

Zielgruppen: Geeignet für HPAs, Wellnessberufe und interessierte Berufsgruppen.

Bitte mitbringen: Bequeme, lockere Kleidung.

**Dozent/in Sven Buchhorn:** Jg. 1972; Er absolvierte eine 4-jährige Yogalehrerausbildung und zusätzlich eine Ausbildung zum ganzheitlichen Massagepraktiker mit dem Schwerpunkt Ayurveda. Zudem ist er als Moderator für den BDY (Berufsverband der Yogalehrenden e.V.) tätig und für die Abnahme der Lehrproben bei angehenden Yogalehrern zuständig. Zur Vertiefung seiner umfangreichen Yogakenntnisse unternahm er diverse Indienreisen. An den Paracelsus Schulen gibt er sein kompetentes Wissen in diesem Bereich gerne weiter.

Termine:  
**So. 15.03.2026**  
10:00-16:00 Uhr

Preis:  
**120,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Hindenburgstr. 34  
41061 Mönchengladbach**  
Tel. 02161 - 204051

Seminarnummer:  
**SSB41150326**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

