TEILNAHMEBESCHEINIGUNG

Angela Borwitzky

hat vom 19. bis 21. Juni an der Fortbildung

Der Stoffwechsel – der Rhythmus, der alles verbindet

Modul 6 des 1 x 1 der Yogatherapie

mit einem Umfang von 20 UE teilgenommen. Neben dem Präsenzunterricht in Hamburg und dem Live-Online-Mentoring wurde die Fortbildung durch ein begleitendes E-Learning zur Nachbearbeitung und Vertiefung ergänzt.

Folgende Themenkomplexe waren Bestandteil der Fortbildung:

- Zell- und Zuckerstoffwechsel, Wechselwirkungen mit Gehirngesundheit, Immunsystem und stillen Entzündungen.
- Einfluss von Lebensstilfaktoren und yogatherapeutischen Interventionen auf die metabolische Regulation und ihre Dysbalancen.

Wedel, den 12.10.2026

Ort / Datum

B. Lenarz

Fortbildungsleitung: Birgit Lenarz

Birgit Lenarz • Heilpraktikerin und Yogalehrerin Elbstraße 10 a • 22880 Wedel • +49 4103 12 10 367
www.yoga-und-meditation.org • info@yoga-und-meditation.org