

# ZERTIFIKAT

ÜBER DEN ERFOLGREICHEN  
ABSCHLUSS DES KURSES

## TRAINER/IN FÜR MEDITATION & ACHTSAMKEIT

**Susanne Geiß**

Diese Ausbildung umfasste folgende Schwerpunkte:

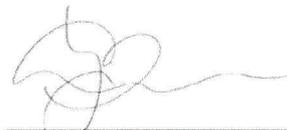
- Grundlagen der Meditation
- Atmung und Meditation
- Stille und Bewegte Meditation
- Arten und Richtungen der Meditation
- Einführung in die Achtsamkeit
- Achtsamkeit im Alltag integrieren
- Methodik und Didaktik im Kursaufbau

**Dieser Kurs entspricht 40 UE.**

16. APRIL 2024



Swamini Peggy



Swami Jörg

YOGA  
AKADEMIE  
ENTFALTE DEIN POTENZIAL

