

Kursbevis

för Yogaskolans lärarutbildning

Härmed intygas att

Karin Blick

har genomgått Yogaskolans lärarutbildning på 500 timmar under 3 år.

Utbildningen har omfattat:

- Praktiskt utövande av asana, pranayama och meditation i grupp.
- Eget utövande guidat av privatlektioner
- Yogans historia
- Asanateori
- Lektionsplanering
- Pranayamateori
- Meditationsteori
- Anpassning av asana och pranayama
- Observation och assistering av lektioner
- Yoga Sutra teori och recitering
- Undervisningsmetodik
- Anatomi och fysiologi
- Introduktion till yogaterapi

16/10 2019 Stockholm

Karina Freij

Karina Freij
Lärare på Yogaskolan
Yogalärarutbildare

Hanna Staaff

Hanna Staaff
Lärare på Yogaskolan
Yogalärarutbildare