



Hiermit bestätigen wir

Liane Dzuk

die erfolgreiche Teilnahme an der Ausbildung zum

Yoga Lehrer 200h

In dieser Ausbildung wurden folgende Schwerpunkte unterrichtet:

- Yoga Stile
- Aufbau einer Yogastunde
- Grundlagen über Anatomie
- Atemtechniken und Meditation
- Ernährung
- Bandhas und Chakren
- Geschichte des Yoga
- Yoga Ethik
- Grundbegriffe Sanskrit
- Ausrichtung und Ausführung der Asanas

Die Kursdauer umfasste 200 Stunden.

Swamini Peggy

Swami Jörg

03. MAI 2024



ZERTIFIKAT



We hereby certify

Liane Dzuk

the successful completion of the course

Yoga Teacher 200h

The following main topics were taught in this training:

- Yoga styles
- Structure of a yoga class
- Basics of anatomy
- Breathing techniques and meditation
- Nutrition
- Bandhas and chakras
- History of yoga
- Yoga ethics
- Basic Sanskrit terms
- Alignment and execution of asanas

The course lasted 200 hours.

Swamini Peggy

Swami Jörg

MAY 03, 2024



CERTIFICATE