



Schweizer Yogaverband
Association Suisse de Yoga
Associazione Svizzera Yoga
Swiss Yoga Association

Dieses

Zertifikat für Schwangerschaftsyoga

wird an Frau

Sandra Stofer

verliehen, nachdem sie den Lehrgang „Yoga während der Schwangerschaft“ des Schweizer Yogaverbandes erfolgreich absolviert hat.

Der Lehrgang umfasste zwei Blöcke zu je drei Tagen sowie individuelle Arbeiten in der Zwischenphase. Dabei wurden folgende Themen behandelt:

- Anatomie und Physiologie während den drei Phasen der Schwangerschaft
- Anatomie und Physiologie der Geburt
- Yoga-Praxis während der Schwangerschaft und zur Geburtsvorbereitung
- Rückbildungsyoga
- Babymassage und Baby-Yoga

Villeret, 19. September 2004

Schweizer Yogaverband

Reto H. Zbinden
Präsident

Birthlight Trust, Cambridge GB

Dr. Françoise B. Freedman
Kursleitung