

IN IHREM



*Deine Zeit für
Körper & Geist*

Yogatherapie/Coaching (Einzelstunden)

Konny Pelzer

Diplom Sozialpädagogin

Yogalehrerin

Yogatherapeutin

Meditationslehrerin

0176/61457490

konnypelzer@therapiezentrum-dormagen.de



Therapiezentrum Dormagen
Florastraße 2 | 41539 Dormagen
Telefon (0 21 33) 28 64-0
info@therapiezentrum-dormagen.de

www.therapiezentrum-dormagen.de



Yoga
mit Konny

YOGATHERAPIE/COACHING

(Einzelstunde)

Hallo, ich bin Konny.

Als Sozialpädagogin und therapeutisch ausgerichtete Yogalehrerin begleite ich seit vielen Jahren Menschen durch ihre psychischen Prozesse. Mein Yoga hilft Dir dabei, Wege zu finden, um Deine Dir zur Verfügung stehenden Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Fokus Geist

Die Yogatherapie erfolgt immer in Einzelbehandlung. Im psychisch ausgerichteten Einzelyoga beginnt diese mit einem ausführlichen Erstgespräch. Hier liegt der Schwerpunkt auf einem gemeinsamen Erarbeiten und Erkennen der Ursachen und Beschwerden. Abgeleitet von dieser Analyse wird ein speziell auf Dich zugeschnittenes Yogaprogramm zusammengestellt.

*„Komm zur Ruhe und lerne,
wieder auf deinen Körper zu hören.“*

Fokus Körper

Es gibt viele Wirkungsmöglichkeiten, die durch Einzelyoga angesprochen werden können. Die Einzelarbeit bestärkt Dich durch gezielte physische und energetische Impulse. Diese richten sich nach Deinen individuellen Bedürfnissen und Wünschen. In einem Gespräch tauschen wir wichtige Informationen aus, sodass ich mit Einfühlungsvermögen, geschultem Blick und funktioneller Analyse Deine körperlichen Möglichkeiten intuitiv erkennen kann. Anhand dessen erstelle ich dann ein genau auf Dich abgestimmtes Programm.

Meine Behandlungsfelder in der Yogatherapie umfassen u.a.:

- Asthma/Atemwegserkrankungen
- Bluthochdruck
- Stoffwechsel/Körpergewicht
- Kopfschmerzen/Migräne
- Rückenprobleme/Gelenkbeschwerden
- Psychische Probleme (Burn out)

Termine nach Vereinbarung: 0176/61457490

*Namaste
Konny*

