

**HIMALAYA INSTITUT
FÜR YOGA-WISSENSCHAFT UND PHILOSOPHIE E.V.
GEMEINNÜTZIGER VEREIN**



TEILNAHMEBESTÄTIGUNG

MARTINA KOBS

hat erfolgreich vom 19. bis 21. Oktober 2001 an dem Seminar

AYURVEDISCHE HEILKUNST UND YOGA

Stress Management und Psychosomatik

teilgenommen. Das gesamte Seminar umfasste 17 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten und beinhaltete neben der Wiederholung der Grundprinzipien von Ayurveda folgende Themen

- Stressmanagement und Ayurveda
- Die Bedeutung der Sinne und des Geistes im Spiegel der Gesundheit
- Mind/Body Interaktion
- Prajna und das Wissen des Selbst
- Die Bedeutung von Ayurveda und Yoga in unserem modernen Leben

Ahrensburg, den 30.10.2001

Miriam Kröner

Für den Vorstand des Himalaya Institut e.V.