



terramedus®

Akademie für Gesundheit

Urkunde

Entspannungstherapeutin / Entspannungspädagogin

Frau **Tanja Martens**
geboren am 10.02.1972 in Hamburg

hat bei uns erfolgreich die Ausbildung zur Entspannungstherapeutin und Entspannungspädagogin
in Theorie und Praxis absolviert.

Inhalte der Ausbildung waren:

Wissenschaftliche Grundlagen der Stressbewältigung
Methodik und Didaktik zur Durchführung von Entspannungseinheiten
Theorie und Praxis der Progressiven Muskelentspannung
Neueste Entwicklungen und moderne Verfahren der PMR
Gestaltung von Entspannungskursen
Chakren und deren Harmonisierung
Visuelle Meditation und Phantasie Reisen
Arbeit mit Farben und Düften im Entspannungsbereich
Elemente aus Yoga, Atementspannung und Bewegungslehre
Übungen aus dem Qi Gong



Hamburg, den 06.11.2010

Akademieleiter
Physiotherapeut
Ulrich Hinst

Dozentin
Heilpraktikerin
Birgit Grobbecker