

# Yoga und Bodywork



Bildungszentrum Rehastudy  
Bad Zurzach, Winterthur  
Quellenstrasse 34  
CH-5330 Bad Zurzach  
Tel. +41 (0)56 265 10 20  
Fax +41 (0)56 265 10 29  
E-Mail [info@rehastudy.ch](mailto:info@rehastudy.ch)  
[www.rehastudy.ch](http://www.rehastudy.ch)

EDUQUA

Schweizerisches Qualitätszertifikat für Weiterbildungsinstitutionen  
Certificat suisse de qualité pour les institutions de formation continue  
Certificato nazionale di qualità per istituzioni di formazione continua

# Kursausschreibung

## Yoga und Bodywork

Modul der Ausbildung [Ausbildung: Yoga-Ausbildung](#)

### EINLEITUNG

Die aktive Yogatherapie lässt sich sehr gut mit den Dehnungen und Mobilisationen der Thai Yoga Massage kombinieren. Mit Hilfe der passiven Techniken kann Tonus reduziert werden, die Bewegung erweitert werden und Schmerz reduziert werden. Im Anschluss an die passive Behandlung wird diese durch ein aktives Yogaprogramm, welches die PatientInnen auch zuhause durchführen können, ergänzt.

Diese Weiterbildung ergänzt die bisherigen Yogatherapie Seminare um effektive, passive Behandlungstechniken.

### ZIELE

Nach diesem Kurs:

- Kannst Du Befundverfahren aus der Thai-Yoga Massage sicher anwenden
- Bist Du in der Lage, passive Behandlungstechniken aus der Thai-Yoga Massage sicher anzuwenden und durch aktive Übungsprogramme aus dem Yoga zu ergänzen

### INHALTE

- Physiologie der Gewebe & Biomechanik
- Anwendung und Grenzen passiver Techniken
- Behandlungsserien für unterschiedliche Körperabschnitte sicher ausführen
- Passive Therapieeinheiten durch aktive Behandlungsverfahren aus der Yogatherapie (Asanas, Pranayama & Meditation) ergänzen

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

- Peerfeedback und Feedback durch die Lehrperson während des praktischen Übens
- Leitfragengestützte Ausarbeitung eines Fallbeispiels
- Einzel- und Gruppenarbeit verbunden mit Untersuchungs- und Behandlungstechniken
- Selbstreflexion und Lernkontrollfragen nach einzelnen Lernabschnitten

25 Teilnehmende mit einer Lehrperson

### ANGABEN ZUR LEHRPERSON

**Florian Hockenholz**

### Physiotherapeut

- Manuelle Therapie, Schmerzphysiotherapie, Yoga- und Sporttherapie, Osteopathie
- Inhaber: Akademie Hockenholz
- Inhaber: Medical Yoga Academy
- 20 jährige Tätigkeit als Dozent/Referent für Weiterbildungen, Universitäten und Schulen
- Herausgeber, Autor Schmerzen in der Physiotherapie , Thieme
- Co Autor: Physiotherapie für alle Körpersysteme, Evidenzbasierte Tests & Therapie; Thieme, Van den Berg
- Ausbildung von 30 Referenten für die eigene Akademie
- Professional Member der German Speakers Association

Florian Hockenholz integrierte bereits vor seiner Ausbildung zum Physiotherapeuten Elemente aus Yoga, Meditation, Atemtechniken und Kampfsport in sein Training. Während seiner Ausbildung entwickelte er diese Ansätze weiter und begann, sie gezielt für Therapeuten anzupassen.



Seit über 25 Jahren unterrichtet Florian die einzigartige Verbindung aus Yoga, Physiotherapie und Osteopathie. Sein Fokus liegt darauf, dass seine Patienten aktiv an ihrer Genesung mitarbeiten. Diese Philosophie setzt er so konsequent um, dass es in seiner Praxis für Physiotherapie und Yogatherapie in Berlin keine klassische Behandlungsliege mehr gibt. Stattdessen finden alle Therapien – von Orthopädie über Neurologie bis hin zu Pädiatrie – ausschließlich auf der Yogamatte statt.

## KURSVORAUSSETZUNGEN

Fachpersonen für Physiotherapie, Ergotherapie, Sporttherapie, Yogalehrer und Bewegungstherapie

Teilnahmevoraussetzungen: Berufsdiplom

## VORBEREITUNGSaufTRAG

In diesem Modul ist ein E-Learning inkludiert, das der Vorbereitung für den Präsenzkurses dient.

Dieses E-Learning entspricht 8 Unterrichtseinheiten, welches Du selbstständig und in Deinem eigenen Tempo durchführen kannst.

Der Link wird Dir per Mail zugesendet.

## LEITUNG

Florian Hockenholz

Dauer	Kursort	Datum	Zeiten	Kurs-Nr	Sprache	Kosten
2 Tage Präsenz	Bad Zurzach	12.09.2025 13.09.2025	09.00 - 17.00 Uhr 09.00 - 17.00 Uhr	25638	deutsch	