

# Yoga und das Nervensystem



Bildungszentrum Reastudy  
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@reastudy.ch](mailto:info@reastudy.ch)  
[www.reastudy.ch](http://www.reastudy.ch)

EDUQUA

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

# Kursausschreibung

## Yoga und das Nervensystem

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

### EINLEITUNG

Dieses Modul vermittelt Dir, wie Du das vegetative Nervensystem und damit verbundene viszerale und periphere Symptome positiv beeinflussen und behandeln kannst. Du bist in der Lage, Funktionsstörungen des Verdauungstraktes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Dysfunktionen der Schilddrüse und viele weitere Fehlfunktionen im viszeralem Bereich zu beeinflussen.

Im zweiten Teil der Weiterbildung liegt der Fokus auf der Behandlung von peripheren Schmerzsyndromen und Nervenkompressionen. Du lernst ein aktives Therapiekonzept, das einfach anzuwenden ist, sowie Übungen, die Deine PatientInnen zuhause durchführen können

### ZIELE

Nach diesem Modul:

- Kannst Du die Neurophysiologie an unterschiedlichen Symptomkomplexen in der Praxis anwenden
- Entwickelst Du Übungsprogramme für PatientInnen welche zu 100% aktiv durchgeführt werden
- Adaptierst Du die einzelnen Asanas aus dem Yoga für die PatientInnen (Basis der Übungsprogramme bildet das Yoga)

### INHALTE

- Anatomie und Neurophysiologie des peripheren und vegetativen Nervensystems
- Verlauf und Pathologien der Plexus und der peripheren Nerven
- passende Yoga-Asans zu unterschiedlichen Erkrankungen und Symptomkomplexen

### METHODEN/ARBEITSWEISEN

10% Theorie und 90% Praxis

- Inputreferate
- Übungsdemonstration
- Übungssequenzen in Gruppen
- Feedback-Übungen

Maximale Gruppengröße: 20 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 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	Zeit
2 Tage Präsenz + ca. 8h E-Learning (dieses kann Zeit- und Ortsunabhängig absolviert werden)	Bad Zurzach	20.05.2026 21.05.2026	09.00 09.00