

## Wann ist Yoga-Therapie hilfreich?

Angststörungen  
Asthma  
Bluthochdruck  
Burnout  
Chronische Schmerzen  
Depressionen  
Erschöpfung  
Lebenskrisen  
Long Covid  
ME/CFS  
Migräne  
Perimenopause und Menopause  
Schmerzen und oder Einschränkungen am Bewegungsapparat  
Stressbedingte Erkrankungen  
Trauer  
Umgang mit Krebsdiagnosen und Nebenwirkungen von Therapien