

Inhalt

Die Immunstärkung im Yoga	5
Körperliche und seelische Wärme im Menschen	9
Die gezielte Ich-Stärkung im Yoga am Beispiel der Mobilisierung der Brustwirbelsäule beim Mammakarzinom	13
Die blockierte Brustwirbelsäule bei der Krebskrankheit	16
Der praktische Teil – Die Yogaübungsreihe	21
Die rhythmische Übungsgestaltung	40
Literaturempfehlungen	46
Autorenporträt	48