



EUROPÄISCHE AKADEMIE FÜR HEILPÄDAGOGIK  
*Für Menschen. MitMenschen.*

## **Katja Sandschneider**

Katja Sandschneider ist Yogalehrerin und gibt seit 2014 in Berlin barrierefreie Yoga-Stunden für Menschen mit körperlichen Einschränkungen.

Nach einer inneren Blutung im Rückenmark kurz nach ihrer Geburt, lebt sie mit einer rechtsseitigen Hemiparese von der Hüfte abwärts. Nach ihrer ersten Yogastunde war sie überwältigt von den positiven Auswirkungen der Praxis: Nicht nur ihre Rückenschmerzen und Kopfschmerzen wurden viel besser, sie fühlte sich auch emotional ruhig und entspannt.

Sie war erstaunt, dass es in Deutschland noch kein bzw. sehr wenig barrierefreies Yoga gab. Deshalb entschloss sich Katja, Yoga-Lehrerin für andere Menschen mit Behinderungen zu werden.

Seit April 2017 unterrichtet sie außerdem Studierende der Heilpädagogik und Sozialen Arbeit an der MSB Medical School Berlin.

Für weitere Informationen besuchen Sie ihre Website [www.yoga-barrierefrei.de](http://www.yoga-barrierefrei.de)