**Hormonyoga**

Dieser Yoga Weg wurde von Dinah Rodrigues einer brasilianischer Psychologin und Yogalehrering. Sie verband Teile des Hatha Yoga mit Kundalini Yoga und tibetische Energieübungen. Durch das praktizieren dieses Yogaweges, der gezielt auf die Stimulierung von Eierstöcke, Schilddrüse und Nebennieren wirkt, ist die Hormonproduktion angeregt.

Dieser Yoga Weg kann nicht nur bei Wechselbeschwerden helfen, sondern wird auch erfolgreich bei Frauen mit Kinderwunsch eingesetzt. Da dieser Einfluss Wissenschaftlich noch nicht nachgewiesen ist, könnte Dinah Rodrigues den positiven Einfluss bei Kursteilnehmerinnen feststellen.