

ASHTANGA UND VINYASA YOGA LEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

DIE YOGAPRAXIS BERLIN

START DER VINYASA YOGA LEHRAUSBILDUNG: 19. JANUAR 2024

DOZIERENDENTEAM

Nicole Verheyden - Ausbildungsleitung
Yogalehrerin BDY/EYU, Diplom-Sportlehrerin

Nicole unterrichtet seit über 20 Jahren mit Freude und Leidenschaft Yoga. Ihre Schwerpunkte in der Ausbildung sind: Ashtanga Free und Vinyasa Flow, Unterrichtsgestaltung, Pranayama und Meditation.

Andrea Diers

Yogalehrerin BDY/EYU, Physiotherapeutin

Andrea unterrichtet seit 20 Jahren Yoga. Sie ist als Dozentin für die Bereiche „Vinyasa Flow“, „Medizinische Grundlagen & funktionelle Anatomie“ und die Moderation von Lehrproben verantwortlich.

Dörte Völmann

Yogalehrerin BDY/EYU, Diplom-Ökonomin

Dörte unterrichtet Yoga seit 2012. Sie ist Mitinhaberin und -gestalterin von zwei Yogaschulen in Berlin. Ihre Schwerpunkte in der Ausbildung sind: Ashtanga free und Vinyasa Flow und sie moderiert Lehrproben.

Ute Löffelsend

Yogalehrerin BDY/EYU, Magistra der Erziehungswissenschaften, Psychologie und Kinder- und Jugendpsychiatrie

Ute praktiziert seit 2004 Ashtanga Vinyasa Yoga. Seit 2016 führt sie zusammen mit Dörte eine Yogaschule in Berlin-Friedrichshain. In der Ausbildung wird sie in die Yogageschichte und -philosophie einführen sowie Asana unterrichten.

Und Gastdozent*innen



weitere Infos und Bewerbung:
www.die-yogapraaxis.de
post@die-yogapraaxis.de
t: 0179 9487328



WAS UNS AM HERZEN LIEGT

- Die Entwicklung einer achtsamen Yogapraxis angepasst an individuelle Möglichkeiten und Bedürfnisse
- Die Yogalehre und -philosophie in Beziehung setzen zu unserer Zeit und Kultur
- Die Integration verschiedener Yogatechniken (Asana, Pranayama, Bandha, Kriya, Meditation)
- Ein Yogaunterricht auf Grundlage fundierter Kenntnisse in Anatomie, Philosophie und Psychologie
- Das theoretische Hintergrundwissen durch die Praxis lebendig werden lassen
- Die Vermittlung eines kompetenten Umgangs mit häufigen Beschwerdebildern
- Den Yoga erfahrbar machen als ganzheitlichen und spirituellen Lebensweg
- Die Förderung der Entwicklung einer eigenständigen Lehrpersönlichkeit



AUSBILDUNGSINHALTE

- Ashtanga Free und Vinyasa Flow Yoga
- Pranayama
- Meditation
- weitere Techniken aus dem Hatha Yoga
- Methodik und Didaktik des Yogaunterrichts
- Medizinische Grundlagen
- Yogaphilosophie und Yogageschichte
- Psychologie im Yoga
- Hands-On Adjustments
- Asanaanalyse
- Unterrichtspraktikum und Lehrproben und vieles mehr



AN WEN RICHTET SICH DIE AUSBILDUNG?

Die Ausbildung richtet sich an Interessierte, die Yoga unterrichten möchten sowie an Praktizierende, die tiefer in den Yoga einsteigen möchten. Eine regelmäßige eigene Yogapraxis ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung.

AUSBILDUNGSTERMINE 2024

- Ausbildungsstart 19. Januar 2024
- Späterer Einstieg nach Absprache möglich
- jeweils Freitag bis Sonntag
- Dauer der Ausbildung beträgt 2,5 Jahre
- 650 Unterrichtseinheiten (davon 500 UE Präsenzunterricht)
- innerhalb der zwei Jahre zwei Intensivwochen
- in einem Seminarhaus außerhalb Berlins
- zusätzlich 4 Lehrproben mit Moderation an Wochenenden

**Abschluss: Yogalehrer*in Basic-BDY
Qualifiziert zur Leitung von Präventions-
kursen mit Krankenkassenzuschuss**



KOSTEN

- Anmeldegebühr: 150 €
 - Monatsbeitrag: 30 Monate à 150 € = 4.500 €
 - zwei Intensivwochen à 500 € = 1.000 €
 - Vier Lehrproben à 95 € = 380 €
 - Prüfungsgebühr: 500 €
- Gesamtkosten Ausbildungsgebühr: 6.530 €