

Yogalehrausbildung

*Hatha Yoga mit Ausrichtung Flow Yoga
2 Jahresausbildung*

28. Oktober 2016 - 28. Oktober 2018

yogaria triyoga studio

Dipl.-Inf. Beate Bleif

Tal 26

80331 München

Tel. 089 / 61 02 99 58



www.yogaria.de

Die 2-jährige Ausbildung

Sie können im yogaria triyoga studio in München eine **2-jährige Ausbildung** zur Yogalehrerin / zum Yogalehrer mit **500 Unterrichtseinheiten** (à 45 Min. = 375 Stunden) absolvieren.

Warum sollte ich eine 2-jährige Ausbildung absolvieren?

1. Zulassung durch die Krankenkassen

Sie können sich für die Zulassung von Hatha-Yoga-Kursen nach §20 SGB V durch die gesetzlichen Krankenkassen zertifizieren lassen. Das bedeutet einen entscheidenden Pluspunkt für Ihre Yogakurse, da Ihre Kursteilnehmenden dann den Kurs teilweise oder sogar komplett von den Kassen erstattet bekommen. Dies ist ein klarer Vorteil für Ihre Kurse!



2. Pluspunkt auf dem Arbeitsmarkt

Durch das neue Präventionsgesetz der Bundesregierung nutzen viele Unternehmen die **betriebliche Gesundheitsförderung**. Es werden YogalehrerInnen mit einer Zulassung durch die Krankenkassen gesucht, die Präventionskurse für Unternehmen anbieten können. Auch die **VHS** verlangt oftmals eine Ausbildung mit mindestens 500 Unterrichtseinheiten und eine Anerkennung durch die Krankenkassen.

3. Qualifikation und Kompetenz

Selbst wenn Sie keine Zulassung durch die Kassen beantragen wollen: Grundsätzlich sind Sie mit einer 2-Jahresausbildung wesentlich besser qualifiziert als mit einer kürzeren Ausbildung. Sie vertiefen in einer 2-jährigen Ausbildung Ihre Yogakenntnisse und tauchen tiefer in Ihren ganz persönlichen Yogaweg ein. Sie lernen spezielle Yoga-Angebote (z.B. Pränatal-Yoga, Mami Baby Yoga, Faszienyoga) kennen und erweitern Ihr Unterrichtsrepertoire. Und nicht zuletzt wird Ihr Yoga-Unterricht fundierter, souveräner und selbstsicherer.



Anerkennung durch die Krankenkassen

Die Voraussetzungen für eine derzeitige Anerkennung durch die gesetzlichen Krankenkassen sind im Leitfaden Prävention beschrieben. Den Leitfaden Prävention finden Sie hier:

www.zentrale-pruefstelle-praevention.de/admin/

Nach diesem Leitfaden kommen für eine Anerkennung durch die Krankenkassen für Präventionskurse im Bereich Hatha Yoga Fachkräfte mit nachstehenden Qualifikationen in Betracht:

1. Grundqualifikation

Sie haben einen staatlich anerkannter Berufs- oder Studienabschluss in einem Gesundheits- oder Sozialberuf. Wenn die Grundqualifikation nicht im Gesundheits- oder Sozialberuf vorliegt, muss zusätzlich noch eine Kursleitererfahrung als YogalehrerIn von mind. 200 Stunden vorliegen (siehe unter 2. Zusatzqualifikation).

2. Zusatzqualifikation

Die Ausbildung muss mindestens 500 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten umfassen. Die nachzuweisende Mindestdauer der Ausbildung beträgt zwei Jahre.

InhaberInnen eines **staatlich anerkannten Berufs- oder Studienabschlusses außerhalb des Gesundheits- oder Sozialbereichs** kommen als KursleiterInnen für Hatha-Yoga nur in Betracht, wenn zusätzlich

zu den o. g. Anforderungen an die Zusatzqualifikation mindestens 200 Stunden entsprechende Kursleitererfahrung nachgewiesen werden.

Im Klartext ☺: Sie müssen nach der Ausbildung noch 200 Stunden Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn nachweisen, ehe Sie sich durch die Krankenkassen anerkennen lassen können.

Unser Curriculum entspricht den Ausbildungsstandards des BDY (Berufsverbands der Yogalehrenden in Deutschland e.V.). Sie finden es auf der nächsten Seite.



Ausbildungscurriculum der 2-jährigen Yogalehrausbildung

Das Curriculum entspricht den Ausbildungsstandards des BDY (Berufsverbands der Yogalehrenden in Deutschland e.V.). Eine Unterrichtseinheit (UE) entspricht 45 Minuten. Der gesamte Umfang der Ausbildung beträgt 500 UE in mindestens 2 Jahren.

| Unterrichtsfach | Inhalte | UE |
|---|--|------------|
| Hatha Yoga | Asana, Vinyasa / Flow, Körperwahrnehmung, Entspannungsmethoden, Pranayama, Mudras, Bandhas | 150 |
| Meditation | Einführung in verschiedene Meditationstechniken, Yoga-Meditation nach den klassischen Texten | 30 |
| Pädagogik: Grundlagen Didaktik, Methodik | Didaktik und Methodik des Yogaunterrichtens, Planung und Analyse von Stundenbildern und Kurskonzepten, Stimme und Sprache, Umgang mit Gruppen, Beobachtung und Korrektur, zielgruppengerechte Unterrichtsplanung | 60 |
| Grundlagen aus Medizin und Psychologie | Grundlagen aus Medizin: Allgemeine Anatomie und Physiologie des Menschen. Medizinische Grundlagen für den Yogaunterricht. Umgang mit gesundheitlichen Einschränkungen. Grundlagen aus Psychologie: Kommunikation, Rollenverständnis, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Gesprächsführung | 110 |
| Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yogas | Geschichte und Entwicklung des Yoga bis heute, Yoga Traditionen, Quellentexte des Yoga des Yogas: Yoga-Sutren des Patanjali, Hatha-Yoga-Pradipika, Bhagavad Gita | 70 |
| Ethik und Philosophie | Ethische Richtlinien für Yogalehrende, westliche Philosophie, Spiritualität | 20 |
| Unterrichtspraktikum | Lehrproben, Feedback geben und erhalten, andere beim Lehren Beobachten, Assistenz. | 50 |
| Berufskunde | Berufsbild und Berufsfelder, Marketing, Altersvorsorge, Finanzplanung, Existenzgründung | 10 |
| Summe UE | | 500 |

Yoga-Stil bei uns

In unserer Ausbildung lernen Sie einen klassischen **Hatha-Yoga-Stil** mit Ausrichtung in einem **achtsamkeitsbasierten Vinyasa-Flow-Yoga, der die modernen Kenntnisse des Faszientrainings und der Spiraldynamik integriert**. Vinyasa bedeutet eine bestimmte Sequenz von Bewegungen, die mit dem Atem synchronisiert ist. Asanas können auch statisch gehalten werden, jedoch liegt der Fokus auf einer fließenden Praxis.

Der Flow-Yogastil, denn wir vermitteln, ist gekennzeichnet durch **fließende, weiche Bewegungen, die mit dem Atem zu einem wunderschönen harmonischen Flow** verschmelzen. Die Übungen werden anatomisch korrekt angeleitet und durchgeführt.

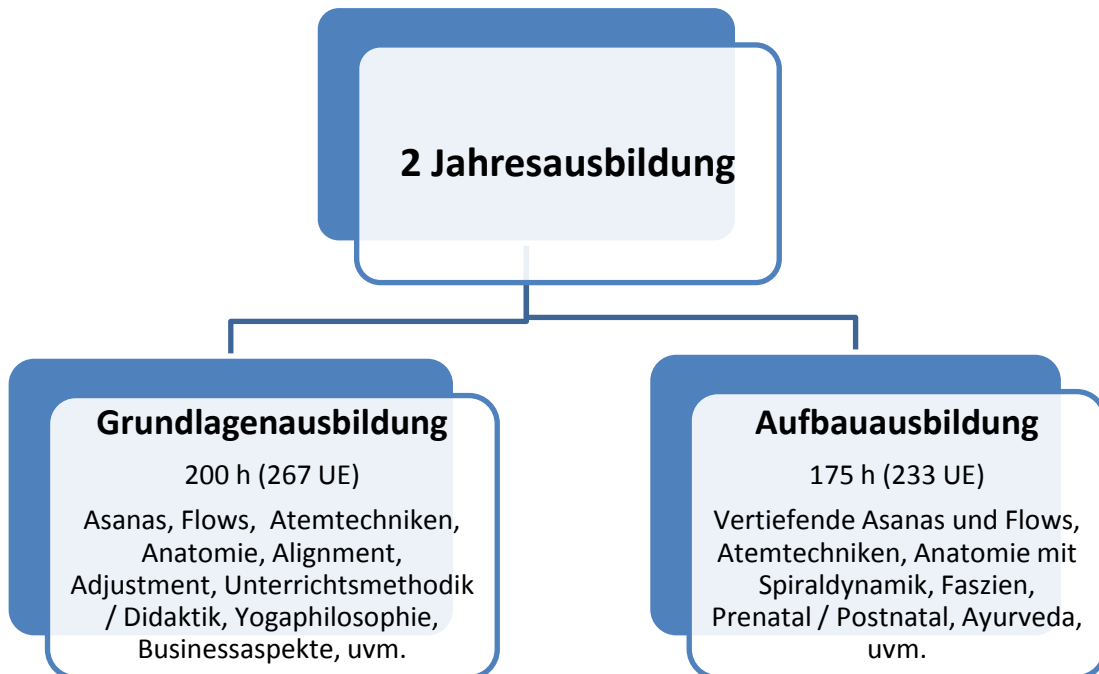
Sie lernen in der 2-Jahresausbildung Asanas und Flows mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden für AnfängerInnen bis weit Fortgeschrittene, so dass Sie für Ihre Kundinnen und Kunden eine große Bandbreite von ruhigen bis zu dynamischen Yoga Sequenzen anbieten können.

Beispiel eines kleinen Flows: Katze – Katzenrücken - Katze – Katze verneigen – Katze – Kind



Aufbau der 2-Jahresausbildung

Die 2-Jahres-Ausbildung mit **500 Unterrichtseinheiten (UE)** setzt sich zusammen aus einer **Grundlagenausbildung (Yoga Alliance zertifiziert)** und einer **Aufbauausbildung**. Der Gesamtumfang beträgt 500 UE. Das ist der geforderte Mindestumfang für die Kassenzertifizierung.



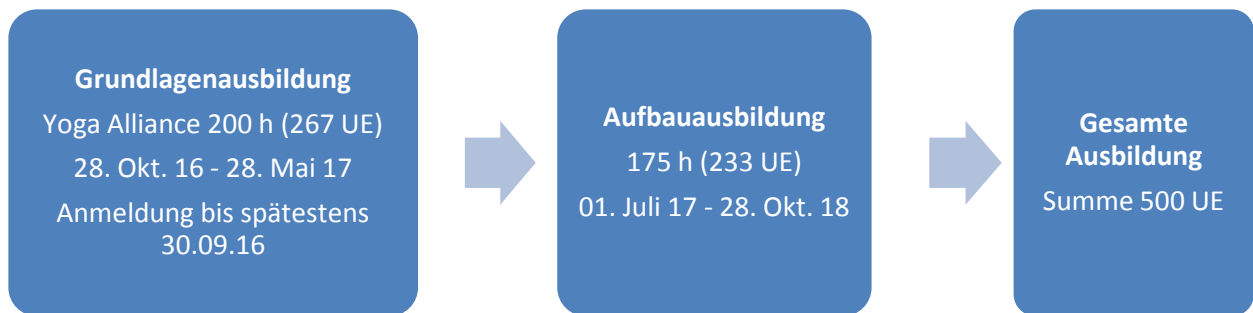
Zertifikate und Bescheinigungen

Mit Erfüllen aller Voraussetzungen und Bestehen der Prüfungen erhalten Sie:

1. nach der Grundlagenausbildung ein Zertifikat über Hatha Yogalehrerin / Hatha Yogalehrer mit 200 Stunden Ausbildung
1. am Ende der 2-jährigen Ausbildung ein Zertifikat über Hatha Yogalehrerin / Hatha Yogalehrer mit 500 UE Ausbildung
2. Bescheinigungen über die Ausbildungsinhalte.



Wie gehe ich vor?



Erster Step

Sie melden sich zunächst für die **Grundlagenausbildung** an. Alle Infos inkl. Anmeldeformular finden Sie in der Broschüre:

www.yogaria.de/yogalehrausbildung_basics.pdf



Zweiter Step

Nach der Grundlagenausbildung können Sie sich dann entscheiden, ob Sie die aufbauende Ausbildung absolvieren möchten. **Ihr Vorteil:**

Sie müssen sich nicht vorab auf 2 Jahre festlegen, erlangen aber mit der Grundlagenausbildung bereits eine von der Fachorganisation Yoga Alliance anerkannte fundierte Ausbildung.

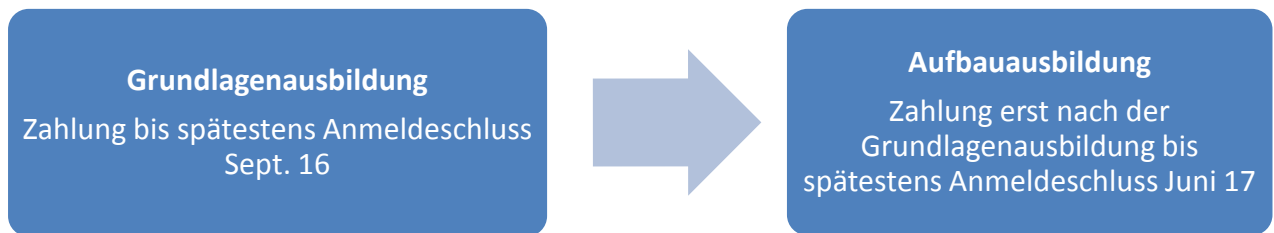
Kosten

Grundlagenausbildung (mit Frühbucher):
2.995 €

Aufbauausbildung (mit Frühbucher):
2.655 €

SUMME 2 Jahresausbildung (mit Frühbucher): 5.650 €

Wann zahle ich?



Erster Step

Sie zahlen erst einmal die Grundlagenausbildung.

Kosten: 2.995 € (mit Frühbucherrabatt). Eine Ratenzahlung ist möglich.

Zweiter Step

Die Aufbauausbildung zahlen Sie erst nach der Grundlagenausbildung.

Kosten: 2.655 € mit Frühbucherrabatt. Eine Ratenzahlung ist möglich.

Bei Ausnutzung der Frühbucherrabatte bei der Grundlagenausbildung und Aufbauausbildung betragen die **gesamten Kurskosten für die 2 Jahre 5.650 €**. Bei späterer Buchung oder Ratenzahlung erhöht sich der Preis entsprechend.

Was ist in den Kosten enthalten?

In den Kurskosten in Höhe von 5.650 € sind enthalten:

- Alle Kosten für die Grundlagenausbildung und die Aufbauausbildung.
- Umfangreiche Ausbildungsunterlagen mit Beschreibungen und Bildern der Flows, Asanas und Mudras
- Buch Anatomie
- Unterrichtsmaterialien, Handouts u.a. zu Yoga Techniken, Faszien, Beckenboden, Methodik / Didaktik, Ethik, Businessaspekte
- Yoga Fachartikel
- Übungsvideos mit Beate Bleif

NICHT enthalten sind Reise- und Übernachtungskosten, Verpflegung, Fachbücher für das Selbststudium (verpflichtend sind nur diese drei Bücher für die 2 Jahre: Yoga Sutren von Patanjali (Grundlagenausbildung), Hatha Yoga Pradipika und Bhagavad Gita (Aufbauausbildung)).

Zeiten

Der Unterricht findet ganztägig statt. Falls von Ihrer Seite her ein Termin nicht eingehalten werden kann, sprechen Sie bitte mit der Ausbildungsleitung.

Grundlagenausbildung Yoga Alliance

28.10.2015 – 28.05.2017 (200 Stunden = 267 UE)

1. 28.10. – 30.10.2016 Fr - So
2. 25.11. – 27.11.2016 Fr - So
3. 06.01. – 08.01.2017 Fr - So (6.1. Feiertag)
4. 27.01. – 29.01.2017 Fr - So
5. 03.03. – 05.03.2017 Fr - So
6. 31.03. – 02.04.2017 Fr - So
7. 29.04. – 01.05.2017 (Sa-Mo, 1.5. Feiertag)
8. 22.05. - 28.05.2017 Intensivwoche Mo - So



Bemerkung: Am 6.1., 1.5. und 25.5. sind Feiertage. Sie sparen ggf. drei Urlaubstage.

Anmeldeschluss mit Frühbucherrabatt: 1. August 2016, mit Normalpreis oder Ratenzahlung: 30. September 2016.

Aufbauausbildung

01.07.2017 – 28.10.2018 (175 Stunden = 233 UE)

1. 01.07. – 02.07.2017 Sa / So
2. 02.09. – 03.09.2017 Sa / So
3. 07.10. – 08.10.2017 Sa / So
4. 03.11.- 05.11.2017 Fr – So Prenatal
5. 09.12. – 10.12.2017 Sa / So
6. 20.01. – 21.01.2018 Sa / So
7. 03.03. – 04.03.2018 Sa / So
8. 14.04. – 15.04.2018 Sa / So
9. 09.06. – 10.06.2018 Sa / So
10. 14.07. – 15.07.2018 Sa / So
11. 08.09. – 09.09.2018 Sa / So
12. 25.10. – 28.10.2018 Do – So Intensivtage Abschluss

**Anmeldeschluss für die Grundlagenausbildung, die im
Oktober 2016 startet:
mit Frühbucherrabatt: 01. August 2016
mit Normalpreis oder Ratenzahlung: 30. September 2016**

Ausführliche Informationen zur Grundlagenausbildung (Inhalte,
DozentInnen, Preise, Studio etc.) und das Anmeldeformular finden
Sie hier:

www.yogaria.de/yoga_ausbildung.html

Ich freue mich auf Ihre Anfragen.

Beate Bleif

Beate Bleif, Inhaberin yogaria und
Ausbildungsleitung



yogaria triyoga studio
Tal 26
80331 München
DEUTSCHLAND

Tel. +49 (0)89 / 61 02 99 58
Mobil +49 (0)177 / 613 55 26
E-Mail: info@yogaria.de
Internet: www.yogaria.de

