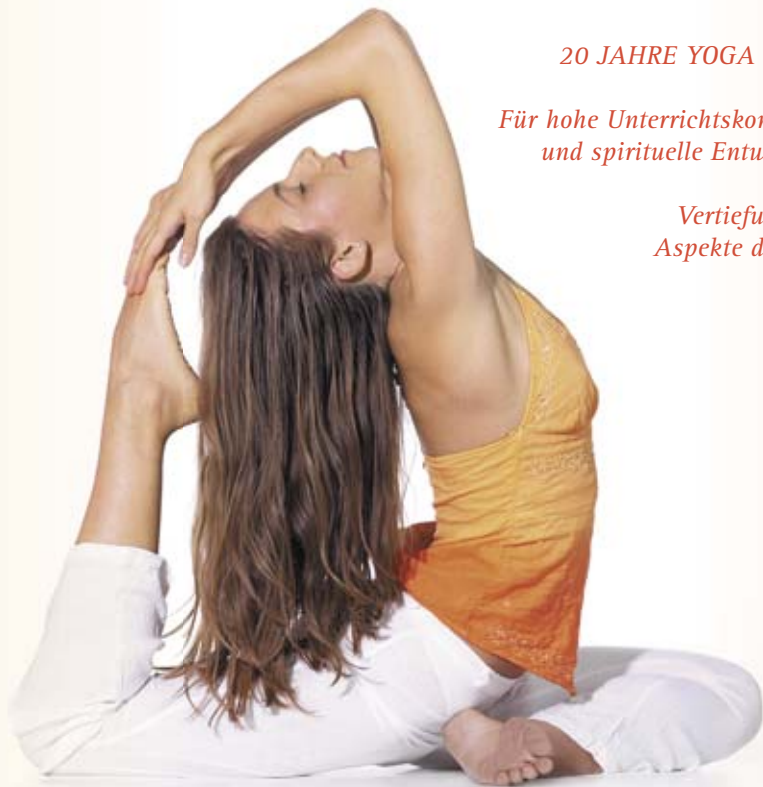


Yogalehrer/innen Weiterbildung 2012

20 JAHRE YOGA VIDYA!

*Für hohe Unterrichtskompetenz
und spirituelle Entwicklung*

*Vertiefung aller
Aspekte des Yoga*



Weltweit umfangreichstes Weiterbildungsprogramm für Yogalehrer/innen



YOGA
Vidya

Inhalt

- 4 Allgemeine Informationen
- 5 Yogalehrer-Intensiv
- 21 Kinder-Yoga Weiterbildungen
- 29 Schwangeren-Yoga Weiterbildungen
- 33 Yoga bei spezifischen Beschwerden
- 39 Yoga für bestimmte Zielgruppen
- 45 Hatha Yoga und Fitness
- 53 Spirituelle und persönliche Entwicklung
- 59 Erweiterte berufliche Kompetenz
- 65 Yoga-Therapie Aus- und Weiterbildungen
- 84 Yoga Vidya Visarada- und Acharya-Studiengänge
- 86 Kursleiter/innen
- 94 Alle als Yogalehrer-Weiterbildung geeigneten Seminare
- 99 Yoga Vidya Seminarhäuser
- 100 Teilnahmebedingungen/Rückerstattung
- 100 Bildungsprämien bei Yoga Vidya
- 101 Anmeldeformular
- 103 Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen e.V. (BYV)



Weiterbildung zum halben Preis!?

Du möchtest bis zu 50% des Preises für ein Yoga Vidya Weiterbildungsseminar einsparen? Nutze die staatlichen Fördermöglichkeiten. Entscheidend ist nicht, dass die von dir ausgesuchte Weiterbildung zu deinem momentanen Berufsbild passt, sondern dass sie als Weiterbildungsmaßnahme durch den Staat anerkannt ist. Auf zahlreiche Yoga Vidya Seminare trifft dies zu. Nähere Informationen auf Seite 100!



Liebe Yogalehrerin, lieber Yogalehrer

Hier findest du das weltweit umfangreichste Weiterbildungsangebot für Yogalehrer aller Traditionen. Mit den Weiterbildungen vertiefst du jeweils einen oder mehrere Aspekte des klassischen Yoga. Je nach persönlichen Neigungen und Fähigkeiten wählst du deine eigenen Schwerpunkte.

Die Weiterbildungen bieten dir die Möglichkeit fortgeschrittener Praxis mit längerer Meditation, intensivem Pranayama, forderndes Üben bzw. Variationen in den Asanas, Studium der Schriften und Vorträge über Vedanta, Raja Yoga, Bhagavad Gita uvm. Die gemeinschaftliche Erfahrung fördert deine spirituelle Entwicklung. Hebe dein Wissen auf eine neue Stufe!

Das neu entstehende „Shivalaya“-Retreatzentrum im Haus Yoga Vidya Bad Meinberg steht dir jederzeit für Rückzug, Stille und eigene Praxis zur Verfügung.

*Wir wünschen dir viel Freude bei deiner eigenen Praxis und freuen uns, dich bald bei uns zu sehen.
Dein Yoga Vidya Team*

Unsere Weiterbildungsseminare:

1. Vermitteln dir mehr Wissen zu Yoga Unterrichtstechniken
2. Vertiefen und bauen das in der Yogalehrerausbildung Gelernte aus
3. Geben dir Ansprechpartner für Fragen, die aus deiner Yoga Unterrichtspraxis kommen
4. Bieten die Möglichkeit, Erfahrungen über die Integration des Yoga ins tägliche Leben mit Gleichgesinnten auszutauschen und wertvolle Ratschläge zu bekommen
5. Verhelfen zu tieferen inneren Erfahrungen
6. Inspirieren deine eigene Yogapraxis
7. Zeigen dir weitere faszinierende Aspekte des Yoga
8. Leichtere Anerkennung durch öffentliche Institutionen, insbesondere Krankenkassen, da die Stundenzahl der Yogalehrerausbildung erheblich steigt. Die Belegung bestimmter Weiterbildungsseminare führt zu von den Krankenkassen als Yogalehrer/in anerkanntem „Yogalehrer/in (BYV) 2-Jahres-Bausteinzertifikat“ (siehe ab Seite 6).



Allgemeine Informationen

Am ersten Tag: Anreise ab 13⁰⁰, Zimmerbezug ab 15⁰⁰ möglich; freiwillige Yogastunde um 16³⁰; Abendessen um 18⁰⁰, Seminarbeginn mit Meditation 20⁰⁰. Für die folgenden Weiterbildungstage siehe Tagesablauf auf Seite 8.

Karma Yoga: Jede/r Teilnehmer/in hilft täglich ca. 45 Min. bei den Arbeiten im Haus. Der Dienst für andere ist ein wichtiger Aspekt der persönlichen Entwicklung.

Mahlzeiten: Zwei reichhaltige, lacto-vegetarische, vollwertige Mahlzeiten (Brunch ab 11⁰⁰, Abendes-

sen ab 18⁰⁰), mit Liebe zubereitet, mit vollwertigen Nahrungsmitteln aus kontrolliert-biologischem Anbau. Auf Sonderwünsche können wir eingehen (Absprache bitte mindestens 1 Woche vorher).

Bitte mitbringen: Bettwäsche (oder ausleihbar für 5 €), Wecker, Hausschuhe, biologisch abbaubare Körperpflegeprodukte, Schreibpapier, Stifte und Schnellhefter; Brillenträger: Hartschalen-Brillenetui.

Freier Tag: Bei Weiterbildungen ab 7 Tagen ist meist ein halber Tag pro Woche, bei längeren Weiterbildungen (ab 12 Tagen) ein Tag pro Woche von 9⁰⁰-20⁰⁰ unterrichtsfrei. An diesen Tagen sind nur die Morgen- und Abendmeditation für dich teilnahmepflichtig.

Zertifikat/Teilnahmebestätigung: Bei vollständiger Teilnahme an allen Kursinhalten und nach Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du ein Zertifikat bzw. eine Teilnahmebescheinigung durch den Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen (BYV).

Teilnahmebedingungen, gesetzliche Bestimmung zur Ausübung der Heilkunde (s. Seite 100).

Wir lösen Bildungschecks ein (s. Seite 100).

Weiterbildungsgebühr: siehe Einzelbeschreibungen.

Preise alles inklusive: Unterkunft, biologisch-vegetarischer Verpflegung, Zertifikat bzw. Teilnahmebescheinigung.

An der Nordsee kommt pro Tag 1 € Kurtaxe hinzu (bei Ankunft vor Ort zu bezahlen). Du bekommst eine Kurkarte, mit der du viele Vorteile hast: kostenloser Eintritt in die Strandbäder, kostenloses Parken (außer Friesenherme), 25 % Ermäßigung in der Frieslandtherme und andere Vergünstigungen.

Abkürzungen:

BM = Bad Meinberg

WW = Westerwald

NO = Nordsee

MZ, DZ, EZ = Mehrbett-, Doppel-, Einzelzimmer

S/Z/Womo = Schlafsaal/Zelt/Wohnmobil

SL = Seminarleiter/Ausbildungsleiter

UE = Unterrichtseinheiten

Tagesablauf

Der Tagesablauf folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf. Je nach Ausbildung gibt es kleinere Abweichungen. Die Workshops, Vorträge, Meditationen und Yogastunden sind weitgehend auf das jeweilige Ausbildungsthema abgestimmt.

6⁰⁰-7⁰⁰ Pranayama (je nach Seminar freiwillig oder Pflicht)

7⁰⁰-ca. 8⁰⁰ Meditation, Mantrasingen, Lesung (manchmal Meditation und Kriyas um 6⁰⁰)

ca. 8⁰⁵-11⁰⁰ Vortrag/Workshop/Yogastunde
11⁰⁰ Brunch; Mithilfe ca. 45 Minuten; Freizeit/Studienzeit

14⁰⁰/14³⁰ Vortrag, Workshop oder Praxis,
bis 18⁰⁰ bzw. Yogastunde je nach Ausbildung
18⁰⁰ Abendessen

20⁰⁰-21⁰⁰ Meditation, Mantrasingen

21⁰⁵-22⁰⁰ Vortrag/Workshop oder Studienzeit (je nach Seminar/Weiterbildung)

Geringfügige Abweichungen möglich, je nach Weiterbildung. Voraussetzung für das jeweilige Zertifikat ist die Teilnahme an all diesen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantrasingen, morgens und abends Yogastunden, sowie erfolgreiches Bestehen der Prüfung, Abschlussarbeit etc.



Yogalehrer-Intensiv

- 6 Das Yoga Vidya 2-Jahres-Baustein-Zertifikat
- 8 Die 10-Wochenend-Weiterbildung
- 10 Weiterbildungsreihen
- 12 Die 9-Tage-Intensiv-Weiterbildungen:
- 12 Intensiv A1 – Jnana Yoga und Vedanta
- 13 Intensiv A 2 – Die Weisheit der Upanishaden
- 14 Intensiv A5 – Atma Bodha – Die Erkenntnis des Selbst
- 14 Intensiv A6 – Aparoksha Anubhuti
- 15 Intensiv B – Hatha Yoga Pradipika
- 16 Intensiv C – Bhagavad Gita
- 16 Intensiv D – Raja Yoga – Die Yoga Sutras des Patanjali
- 17 Intensiv E – Bhakti Sutras
- 18 Intensiv F2 – Die Weisheit der Upanishaden
- 18 Intensiv F4 – Viveka Chudamani und Asanas Intensiv
- 19 Intensiv F6 – Aparoksh Anubhuti – die direkte Verwirklichung des Selbst
- 19 Intensiv F7 – Yoga Vasishtha
- 20 Intensiv H – Gheranda Samhita



Das Yoga Vidya 2-Jahres-Baustein-Zertifikat*

Die Weiterbildungen bieten allen Yogalehrern, die bereits die 4-Wochen-Intensivausbildung oder eine Ausbildung anderer Yogarichtungen absolviert haben, die Möglichkeit, einen von den Krankenkassen anerkannten Status zu erreichen (bei entsprechender beruflicher Grundqualifikation). So kannst du deinen Qualifikationsnachweis deutlich aufwerten.

Das Yoga Vidya 2-Jahres Baustein-Zertifikat* „Yogalehrer/in (BYV) im Bausteinsystem“

- hat einen besonders guten Ruf, da du hiermit über 620 Unterrichtseinheiten nachweisen kannst sowie zwei Jahre Gesamtaus- und Weiterbildungsdauer und
- ist von den Krankenkassen für die Qualifikation als Yogalehrer/in anerkannt, so dass Teilnehmer deiner Kurse diese im Rahmen der von den Kassen dafür vorgesehenen Kostenbeteiligung erstattet bekommen können.*

- Zwei 9-tägige Intensivweiterbildungen, wobei eine davon die Weiterbildung A sein muss. Dazu zählen die Weiterbildungen A1, A2, A3, A4, A5 oder A6. Die zweite muss eine andere sein (also nicht 2 x A), damit du auch bei einem anderen Thema in die Tiefe gehst.** Oder:
- Eine 9-tägige Intensiv-Weiterbildung und 5 Weiterbildungswochenenden. Wenn die Weiterbildung A besucht wird, können die 5 Wochenenden beliebig aus der 10 Weiterbildungswochenend-Reihe gewählt werden. Ist die besuchte Intensiv-Weiterbildung eine andere als A, müssen unter den 5 Wochenenden „Hatha Yoga“, „Entspannung und Stressmanagement“, „Hatha Yoga und Sport“ sowie „Anatomie und Physiologie“ dabei sein. Oder:
- Yogatherapie-Ausbildung und eine 9-tägige Intensiv-Weiterbildung oder 5 Weiterbildungswochenenden. Oder:
- Ausbildung zum psychologischen Yogatherapeut und eine Intensiv- Weiterbildung A oder 5 Wochenenden der Weiterbildungsreihe, darunter „Hatha Yoga“, „Entspannung und Stressmanagement“, „Hatha Yoga und Sport“ sowie „Anatomie und Physiologie“

Voraussetzungen

Absolventen der Yoga Vidya 4-Wochen-Intensiv Ausbildung:

- 10 Weiterbildungswochenenden der Weiterbildungsreihe. Oder:

Absolventen der Sivananda Yoga Vedanta Center-Ausbildung:

- Gleich wie Absolventen der Yoga Vidya 4-Wochen-Ausbildung plus
- Probestunde/Vorstellungstunde plus
- Schriftliche Prüfung (80 € Prüfungsgebühr)

Absolventen anderer Traditionen:

Kurz-Ausbildung, Yoga-Übungsleiter, andere nicht von den Krankenkassen anerkannte Ausbildungen haben ebenfalls die Möglichkeit, ihre Ausbildung zum Yoga Vidya 2-Jahres-Bausteinertifikat aufzustocken.

Bei Fragen zum Bausteinertifikat wende dich bitte an: ausbildung@yoga-vidya.de

Der Grundbaustein der 4-Wochen Intensivausbildung ist dabei ebenfalls zerlegbar in 2x2 Wochen oder 4x1 Woche. Du kannst dich gleich für die 2-Jahres-Bausteinausbildung anmelden oder dich erst nach der 4-Wochen-Ausbildung entscheiden, ob und wie du die weiteren Bausteine absolvierst. In der vierten Woche der Intensivausbildung bekommst du genaueste Informationen über die einzelnen Möglichkeiten.

Insgesamt muss sich die Bausteinausbildung über mindestens zwei Jahre (seit Beginn der Intensivausbildung) erstrecken. Du kannst die Weiterbildungen selbstverständlich auch in kürzerem Zeitraum belegen, erhältst das Baustein-Zertifikat jedoch erst nach zwei Jahren. Die Kurse über mehr als zwei Jahre zu verteilen ist ebenso möglich.

* Das Yoga Vidya 2-Jahres-Bausteinertifikat erfüllt die Anforderungen der Krankenkassen hinsichtlich einer qualifizierten Fachausbildung als Yogalehrer/in. Daneben setzen die Kassen noch eine Ausbildung im Bereich Pädagogik, Psychologie, Medizin, Physiotherapie oder verwandten Pflege- oder beratenden Berufen voraus. Dies wird von den einzelnen Kassen und auch regional teilweise unterschiedlich gehandhabt.

** Rückwirkend gelten natürlich die bisherigen Bedingungen.



Empfohlene Bücher

- (1) Swami Vishnu-devananda: „*Meditation und Mantras*“ (MM)
- (2) „*Hatha Yoga Pradipika*“ mit Kommentar von Swami Vishnu-devananda (HYP)
- (3) Sukadev Bretz: „*Die Kundalini-Energie erwecken*“ (KE)
- (4) „*Yoga Vidya Lehrer Handbuch*“ (YVL)
- (5) Sukadev Bretz: „*Die Yogaweisheit des Patanjali für Menschen von heute*“ (YW)
- (6) Sukadev: „*Das Yoga Vidya Asana Buch*“ (YVA)
- (7) „*Bhagavad Gita*“, Text und Erläuterungen von Swami Sivananda (BG)
- (8) Sukadev: „*Die Yoga-Weisheit der Bhagavad Gita für Menschen von heute*“ (YWBhG)
- (9) „*Klassische Upanishaden*“ (UP)
- (10) Erica Jecklin: „*Arbeitsbuch Anatomie und Physiologie*“ (APP)

Alle Bücher sind im Haus Yoga Vidya und im Yoga Vidya Versand erhältlich. Die meisten gibt es auch im Buchhandel.

Die 10-Wochenend-Weiterbildung

Die Wochenendseminare finden jeweils Freitag 20⁰⁰ bis Sonntag ca. 14⁰⁰ Uhr statt. Es empfiehlt sich, schon am Freitag um 15⁰⁰ Uhr anzureisen (Yoga-Stunde 16³⁰, Abendessen 18⁰⁰ Uhr). Vegetarische Vollwertverpflegung mit Zutaten aus größtenteils ökologischem Anbau. Die 10-Wochenend-Weiterbildung in Verbindung mit der 4-Wochen-Intensiv-Ausbildung berechtigt zum 2-Jahres-Baustein Zertifikat (s. Seite 6).



Kursgebühr:

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €. Du kannst die 10 Weiterbildungswochenenden als Reihe oder einzeln belegen. Als Reihe sind sie natürlich wesentlich günstiger (20 %) als einzeln gebuchte Wochenenden (s. auch Seite 11).

Abkürzungen:

BM=Bad Meinberg; WW=Westerwald; NO=Nordsee
Abkürzungen der empfohlenen Bücher sind auf der Seite 7 erklärt.

Tagesablauf

Freitag

16³⁰ Yoga-Stunde
18⁰⁰ Abendessen
20⁰⁰ Meditation, Mantra-Singen, Vortrag

Samstag

6⁰⁰ Intensives Pranayama (freiwillig)
7⁰⁰ Meditation, Mantra-Singen, Vortrag
9¹⁵ Yogastunde: Asanas, Pranayama
11⁰⁰ Brunch
14⁰⁰/14³⁰ Vortrag/Workshop
16¹⁵ Asanas, Pranayama, Unterrichtstechniken
18⁰⁰ Abendessen
20⁰⁰ Meditation, Mantra-Singen, Vortrag

Sonntag

6⁰⁰ Intensives Pranayama (freiwillig)
7⁰⁰ Meditation, Mantra-Singen, Vortrag
9¹⁵ Yogastunde: Asanas, Pranayama
11⁰⁰ Brunch
12³⁰ Vortrag/Workshop, Unterrichtstechniken

Indische Schriften und Philosophiesysteme

14.-16.9.12 BM

Die wichtigsten Yogaschriften. Die 6 Darshanas. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger, Yoga für den Rücken. Benötigte Literatur: MM

Hatha Yoga und Sport

27.-29.1.12 NO; 23.-25.11.12 BM

Sportmedizin. Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining. Sport und Yoga. Mit etwas intensiverer Asana-Praxis. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Mittelstufe. Benötigte Literatur: YVA

Raja Yoga, Teil 1

13.-15.1.12 WW; 25.-27.5.12 NO

Der Yoga der Geisteskontrolle. 1. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali: Gedankenkraft und Positives Denken. Meditationstechniken. Unterrichtstechniken: Yoga für Fortgeschrittene. Benötigte Literatur: YW

Raja Yoga, Teil 2

24.-26.2.12 WW; 27.-29.7.12 NO

2. Kapitel der Yoga Sutras. Sadhana, die spirituelle Praxis. Kriya Yoga, Kleshas, die Ursachen des Leidens und ihre Überwindung. Ashtanga, die 8 Stufen des Yoga. Unterrichtstechniken: Geistige Wirkungen des Yoga. Yoga für Kinder. Benötigte Literatur: YW

Raja Yoga, Teil 3

14.-16.9.12 WW

3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras. Meditationserfahrungen. Übernatürliche Kräfte. Hilfe aus dem Inneren – Kontakt mit dem eigenen Selbst. Entwicklung der Intuition. Yoga und westliche Psychologie. Psychotherapie und Yoga. Unterrichtstechniken: Vortragstechnik, Gruppenleitung.
Benötigte Literatur: YW

Hatha Yoga, Entspannung und Stress-Management

27.-29.4.12 WW; 26.-28.10.12 NO

Entspannungstechniken. Geistige Einstellung und Stress. Allgemeines Anpassungsprinzip. Wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkungen des Yoga. Entspannungstechniken. Mentales Training. Yoga und Gesundheit. Yoga im täglichen Leben. Krankenkassen und Yoga. Unterrichtstechniken: Yoga Therapie, Yoga bei speziellen Problemen.
Benötigte Literatur: YVL, YVA

Kundalini Yoga Fortgeschrittene

15.-17.6.12 BM

Der Yoga der Energieerweckung. Besprechung der Hatha Yoga Pradipika. Prana, Nadis, Chakras, Kundalini, Astralkörper, Evolution des Bewusstseins. Tantra. Kriyas. Intensiveres Pranayama. Mudras. Unterrichtstechniken: Energetische und andere subtile Aspekte beim Unterrichten des Yoga.
Benötigte Literatur: HYP, KE

Anatomie und Physiologie

16.-18.3.12 NO; 9.-11.11.12 WW

Insbesondere Muskel- und Skelettsystem, Aufbau von Zelle, Bindegewebe, Muskeln. Unterrichtstechniken: Stimm- und Sprachschulung mit praktischen Übungen.
Bitte vorher lesen: AAP

Bhagavad Gita

17.-19.2.12 BM

Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser „höchsten Weisheitslehre“. Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag:

- Wie erkenne ich meine Lebensaufgabe?
- Wie entscheide ich mich?
- Was ist meine Pflicht?

- Wie finde ich meine Wesensnatur (Swarupa)?
 - Wie kann ich meiner Wesensnatur folgen?
 - Wie finde ich den Weg zu meinem Herzen?
- Motivationstraining: „Wie bringe ich Teilnehmer zum Üben?“
Benötigte Literatur: BG, YWBhG.

Jnana Yoga und Vedanta

20.-22.4.12 BM

Der Yoga des Wissens. „Wer bin ich?“, „Was ist das Ziel des Lebens?“, „Was ist das Universum?“. Meditationsanleitungen. Abstrakte Meditationstechniken. Unterrichtstechniken: Meditation im Yogaunterricht. Benötigte Literatur: MM, UP

Selbstverständlich gehen wir auf individuelle Fragen, Wünsche, Vorschläge und Vorstellungen ein. Wir können die Themen bei Bedarf auch leicht abwandeln und den Teilnehmerwünschen anpassen. Falls du an einem Seminar nicht kommen kannst, kannst du es bis Ende 2015 nachholen.



Weiterbildungsreihen

Weiterbildungsreihe 84 (WB 84)

Beginn: 27.-29.1.12 Ende: 13.10.13; NO

27.-29.1.12 Hatha Yoga und Sport; 16.-18.3.12 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 25.-27.5.12 Raja Yoga 1; 27.-29.7.12 Raja Yoga 2; 26.-28.10.12 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 18.-20.1.13 Raja Yoga 3; 8.-10.3.13 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 10.-12.5.13 Jnana Yoga und Vedanta; 5.-7.7.13 Bhagavad Gita; 11.-13.10.13 Kundalini Yoga Fortgeschrittene.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 13.1.12



Weiterbildungsreihe 85 (WB 85)

Beginn: 17.-19.2.12 Ende: 24.11.13; BM

17.-19.2.12 Bhagavad Gita; 20.-22.4.12 Jnana Yoga und Vedanta; 15.-17.6.12 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 14.-16.9.12 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 23.-25.11.12 Hatha Yoga und Sport; 11.-13.1.13 Raja Yoga 1; 15.-17.3.13 Raja Yoga 2; 3.-5.5.13 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 6.-8.9.13 Raja Yoga 3; 22.-24.11.13 Anatomie + Physiologie für Yogalehrer.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 3.2.12

Weiterbildungsreihe 86 (WB 86)

Beginn: 20.-22.4.12 Ende: 16.2.14; BM

20.-22.4.12 Jnana Yoga und Vedanta; 15.-17.6.12 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 14.-16.9.12 Indische Schriften u. Philosophiesysteme; 23.-25.11.12 Hatha Yoga und Sport; 11.-13.1.13 Raja Yoga 1; 15.-17.3.13 Raja Yoga 2; 3.-5.5.13 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 6.-8.9.13 Raja Yoga 3; 22.-24.11.13 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 14.-16.2.14 Bhagavad Gita.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 6.4.12

Weiterbildungsreihe 87 (WB 87)

Beginn: 27.-29.4.12 Ende: 23.2.14; WW

27.-29.4.12 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 14.-16.9.12 Raja Yoga 3; 9.-11.11.12 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 8.-10.2.13 Bhagavad Gita; 26.-28.4.13 Jnana Yoga und Vedanta; 7.-9.6.13 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 13.-15.9.13 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 15.-17.11.1 Hatha Yoga und Sport; 10.-12.1.14 Raja Yoga 1; 21.-23.2.14 Raja Yoga 2.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 13.4.12

Weiterbildungsreihe 88 (WB 88)

Beginn: 25.-27.5.12 Ende: 16.3.14; NO

25.-27.5.12 Raja Yoga 1; 27.-29.7.12 Raja Yoga 2; 26.-28.10.12 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 18.-20.1.13 Raja Yoga 3; 8.-10.3.13 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 10.-12.5.13 Jnana Yoga und Vedanta; 5.-7.7.13 Bhagavad Gita; 11.-13.10.13 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 24.-26.1.14 Hatha Yoga und Sport; 14.-16.3.14 Anatomie + Physiologie für Yogalehrer.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 11.5.12

Weiterbildungsreihe 89 (WB 89)

Beginn: 15.-17.6.12 Ende: 6.4.14; BM

15.-17.6.12 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 14.-16.9.12 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 23.-25.11.12 Hatha Yoga + Sport; 11.-13.1.13 Raja Yoga 1; 15.-17.3.13 Raja Yoga 2; 3.-5.5.13 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 6.-8.9.13 Raja Yoga 3; 22.-24.11.13 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 14.-16.2.14 Bhagavad Gita; 4.-6.4.14 Jnana Yoga und Vedanta.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 1.6.12

Weiterbildungsreihe 90 (WB 90)

Beginn: 14.–16.9.12 Ende: 4.5.14; WW

14.–16.9.12 Raja Yoga 3; 9.–11.11.12 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 8.–10.2.13 Bhagavad Gita; 26.–28.4.13 Jnana Yoga u. Vedanta; 7.–9.6.13 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 13.–15.9.13 Indische Schriften u. Philosophiesysteme; 15.–17.11.13 Hatha Yoga und Sport; 10.–12.1.14 Raja Yoga 1; 21.–23.2.14 Raja Yoga 2; 2.–4.5.14 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 31.8.12.

Weiterbildungsreihe 91 (WB 91)

Beginn: 14.–16.9.12 Ende: 22.6.14; BM

14.–16.9.12 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 23.–25.11.12 Hatha Yoga u. Sport; 11.–13.1.13 Raja Yoga 1; 15.–17.3.13 Raja Yoga 2; 3.–5.5.13 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 6.–8.9.13 Raja Yoga 3; 22.–24.11.13 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 14.–16.2.14 Bhagavad Gita; 4.–6.4.14 Jnana Yoga und Vedanta; 20.–22.6.14 Kundalini Yoga Fortgeschrittene.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 31.8.12

Weiterbildungsreihe 92 (WB 92)

Beginn 23.–25.11.12 Ende: 21.9.14; BM

23.–25.11.12 Hatha Yoga und Sport; 11.–13.1.13 Raja Yoga 1; 15.–17.3.13 Raja Yoga 2; 3.–5.5.13 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management; 6.–8.9.13 Raja Yoga 3; 22.–24.11.13 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 14.–16.2.14 Bhagavad Gita; 4.–6.4.14 Jnana Yoga und Vedanta; 20.–22.6.14 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 19.–21.9.14 Indische Schriften u. Philosophiesysteme.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 9.11.12

Weiterbildungsreihe 93 (WB 93)

Beginn: 18.–20.1.13 Ende: 12.10.14; NO

18.–20.1.13 Raja Yoga 3; 8.–10.3.13 Indische Schriften und Philosophiesysteme; 10.–12.5.13 Jnana Yoga u. Vedanta; 5.–7.7.13 Bhagavad Gita; 11.–13.10.13 Kundalini Yoga Fortgeschrittene; 24.–26.1.14 Hatha Yoga und Sport; 14.–16.3.14 Anatomie und Physiologie für Yogalehrer; 23.–25.5.14 Raja Yoga 1; 11.–13.7.14 Raja Yoga 2; 10.–12.10.14 Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management.

Bei Ratenzahlung erste Rate: 4.1.13



Teilnahmebedingungen/Zertifikat

Damit wir dir ein 2-Jahres-Bausteinzertifikat ausstellen können, musst du 10 Yogalehrer-Wochenend-Weiterbildungen absolvieren. Mindestens 8 müssen aus der 10er-Wochenend-Weiterbildungsreihe sein (darunter die 3 Wochenenden „Hatha Yoga und Sport“, „Hatha Yoga, Entspannung und Stressmanagement“ sowie „Anatomie und Physiologie“). Für maximal 2 Ausweichtermine kannst du dir andere auch als Weiterbildung für Yogalehrer geeignete Wochenend-Seminare aussuchen (siehe Übersicht ab Seite 94). Du kannst Ausweichtermine auch im Westerwald, an der Nordsee oder in Bad Meinberg belegen. Kostenloses Umbuchen ist nur möglich, wenn du unsere Rezeption mindestens 2 Wochen vor Seminarbeginn informierst.

Kursgebühr für 10 Weiterbildungswochenend-Reihe (20% günstiger als Einzelbuchungen):

MZ 1.248 €, DZ 1.480 €, EZ 1.720 €, S/Z 1.064 €

Für alle 10 Seminare in zwei Jahren, Unterkunft und vegetarische Vollwertkost eingeschlossen. Monatsraten möglich: je 20 Monatsraten à MZ 66 €, DZ 78 €, EZ 90 €, S/Z 56 €

Preis für einzeln gebuchtes Wochenende:

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Selbstverständlich gehen wir auf individuelle Fragen, Wünsche, Vorschläge und Vorstellungen ein. Wir können die Themen bei Bedarf auch leicht abwandeln und den Teilnehmerwünschen anpassen. Falls du an einem Seminar nicht teilnehmen kannst, kannst du das bis Ende 2015 nachholen.

Die 9-Tage-Intensiv-Weiterbildungen

Fortgeschrittene Praxis für ausgebildete Yogalehrer. Ganz besondere Kurse für den ernsthaften Aspiranten: Längere Meditation, intensives Pranayama, fortgeschrittene Asanas führen dich zu einer tiefen Erfahrung. Vorträge über Vedanta, das Studium der Schriften, ermöglichen dir ein grundlegendes Verstehen des spirituellen Lebens. In einer Gruppe von hochinteressierten Yogalehrern ist ausgezeichnetes Arbeiten möglich. Es entsteht eine starke spirituelle Schwingung. Diese Weiterbildungsseminare stehen allen offen, die eine Yogalehrer-Ausbildung abgeschlossen haben und das dort Gelernte und in der eigenen Praxis Erprobte weiter vertiefen wollen.

Kursgebühr:

MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €.

Teilnahmebedingungen s. Seite 100.

Anmerkung: Für das von den Krankenkassen als Qualifikation als Yogalehrer verlangtes Zertifikat „Yogalehrer 2-Jahres-Bausteinbildung (BYV)“ ist nach der 4-Wochen-Ausbildung der Besuch von zwei Intensiv-Weiterbildungen nötig, wobei eine die Weiterbildung A (1-6) sein muss. Du kannst mit jedem Kurs beginnen. Abkürzungen der empfohlenen Literatur siehe Seite 7.

Tagesablauf

6 ⁰⁰ -9 ⁰⁰	Pranayama, Meditation, Mantra-Singen, Vortrag
9 ¹⁵ -11 ⁰⁰	Asanas, Tiefenentspannung
11 ⁰⁰	Brunch, Pause, Mithilfe
14 ⁰⁰ -15 ⁴⁵	Vorträge, Workshops
16 ⁰⁰ -18 ⁰⁰	Asanas, Pranayama, Tiefenentspannung, Unterrichtstechniken und gegebenenfalls Unterrichten in Kleingruppen
18 ⁰⁰	Abendessen, Pause
20 ⁰⁰ -22 ⁰⁰	Abendmeditation, Mantra-Singen, Vortrag



Intensiv A1 – Jnana Yoga und Vedanta

30.3.-8.4.12 WW, SL: Swami Saradananda

Englisch mit deutscher Übersetzung

Jnana Yoga und Vedanta, indische Schriften und Philosophie-Systeme, Unterrichtstechniken, Hatha Yoga, Sportmedizin, Entspannung und Stressmanagement.

Jnana Yoga und Vedanta:



Vedanta, die Philosophie vom „Ende des Wissens“. Freiheit und Unsterblichkeit. Wer bin Ich? Was ist wirklich? Was ist Glück? Eine systematische Analyse dieser Fragen führt

dich zur Erkenntnis der Wahrheit: Deine wahre Natur ist reines Bewusstsein, reines Sein, Wissen und Glückseligkeit. Diese Erkenntnis verhilft dir zur Befreiung von allen Verstrickungen des Geistes.

Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Individuelle Korrekturen. Anfänger und Mittelstufe besonders: Korrekturen und Hilfestellungen.
- Yoga-Therapie. Yoga bei speziellen Problemen. Gegenseitiger Austausch.
- Yoga fürs Herz (Ornish-Programm)
- Yoga für den Rücken
- Yoga bei Gelenkproblemen

- Yoga bei Atemproblemen (Asthma u. a.)
- Yoga bei psychosomatischen Beschwerden
- Yoga auch im Rollstuhl. Sanfte Variationen für Menschen mit körperlichen Gebrechen.
- Unterrichten von Entspannungs-Workshops
- Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Unterrichtspraxis.

Hatha Yoga:

- Erlernen von fortgeschrittenen Techniken.
- Shank Prakshalana, vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus.
- Hatha Yoga und Sport: Sportmedizin. Muskel und Skelettsystem. Aufbau des Muskels. Wie werden die Muskeln durch die Yoga-Praxis beeinflusst?
- Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining.
- Entspannung und Stressmanagement. Allgemeines Anpassungsprinzip.
- Wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkungen des Yoga.
- Entspannungstechniken. Mentales Training.
- Yoga und Gesundheit. Yoga im täglichen Leben.
- Krankenkassen und Yoga.

Benötigte Literatur: YVL, YVA, AAP
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv A 2 – Die Weisheit der Upanishaden

1.-10.1.12 BM, SL: Swami Nirgunanda, Marcel Turnau
3.-12.8.12 BM, SL: Swami Govindananda und Narendra Hübner *(Teilweise Engl. mit dt. Übersetzung)*

Die Weisheit der Upanishaden, Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates.

Jnana Yoga und Vedanta: Eingehende Behandlung der Upanishaden, der wichtigsten klassischen Texte des Jnana Yoga. Die Upanishaden enthalten den philosophisch-metaphysischen Teil der Veden, die Grundlage für Vedanta, die Philosophie der Einheit. Eine faszinierende und mitreißende Analyse der Upanishaden behandelt die Grundfragen der menschlichen Existenz: Wer bin ich? Was ist wirklich? Was ist Glück? und führt dich zur Erkenntnis: Deine wahre Natur ist reines Bewusstsein. Diese Erkenntnis verhilft dir zur Befreiung von allen Verstrickungen des Geistes, zu einem Leben in Freiheit. Indische Schriften und Philosophiesysteme: Die wichtigsten Yogaschriften. Die 6 Darshanas. Upanishaden.

Unterrichtstechniken und Hatha Yoga:
Siehe unter Intensiv A1.

3.-12.8.: Alternativ auch als F2 buchbar (s. S. 18): Mit zusätzlichen Upanishaden-Vorträgen (statt Stressmanagement und Trainingslehre). F2 hat auch andere Unterrichtstechniken.

Benötigte Literatur: UP, YVA, YVL, AAP
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €



Intensiv A5 – Atma Bodha – Die Erkenntnis des Selbst

30.11.-9.12.12 NO, SL: Sukadev Bretz und Keshava Schütz

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des „Atma Bodha“ („Die Erkenntnis des Selbst“) von Shankaracharya.

„Durch logisches Denken und Unterscheidungskraft sollte man das Wahre Selbst im Inneren trennen von falschen Vorstellungen über das Selbst, ebenso wie man das Reiskorn von der es umgebenden Hülse trennt.“ (Atma Bodha, Vers16)

Mit solchen Lehrsätzen und Beispielen versucht dieses Werk, uns zu einem klaren Verständnis und zur Erkenntnis der höchsten Wahrheit zu führen: Der Erkenntnis, dass unser wahres Selbst, unser wahres Wesen, in seiner Essenz eins ist mit allem, jenseits der scheinbaren Getrenntheit und Gegensätze wie Subjekt/Objekt, Zeit und Raum usw. „Atma Bodha“, die „Erkenntnis des Selbst“, ist ein grundlegender Text des Jnana Yoga, der klassischerweise als Einführung in den Vedanta gelehrt wird. Ein unvergleichliches Seminar, das deine bis-



herigen Denkgewohnheiten revolutionieren und in Frage stellen wird, je weiter du in dieses klassische indische System der Selbstbefragung und Hinterfragung der augenscheinlich wahrnehmbaren „Realität“ einsteigst. Wir werden auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden diskutieren. Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme.

Unterrichtstechniken und Hatha Yoga:

Siehe unter Intensiv A1.

Benötigte Literatur: YVL, YVA, AAP

MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv A6 – Aparoksha Anubhuti

13.-22.7.12 BM, SL: Sukadev Bretz, Chandra Cohen und Marcel Turnau

Teilweise Englisch mit deutscher Übersetzung

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit anhand des Jnana Yoga Werkes „Aparoksha Anubhuti“ („Die direkte Verwirklichung des Selbst“)

Anhand des „Aparoksha Anubhuti“, „direkte intuitive Gotteserfahrung“, einem prägnanten, genialen Werk mit 144 Sutras, entfalten wir die Lehren von Shankaracharya, dem großen Philosophen und Meister des Vedanta. „Hier wird das Mittel erläutert, durch welches Aparoksha Anubhuti, die direkte Verwirklichung, erlangt werden kann, um so die endgültige Befreiung zu erreichen...“ (Vers 2)

Ein kühnes Versprechen – auch wenn du in diesem Seminar nicht gleich die volle Selbstverwirklichung erreichst, wird die großartige Botschaft des Vedanta dein Denken, dein Verständnis deiner Selbst und der Welt revolutionieren. Du wirst inspiriert, eingefahrene Denk- und Verhaltensmuster in Frage zu stellen und zu überwinden. Die Auseinandersetzung, das Hinterfragen, das Meditieren über höchste metaphysische Wahrheiten führt dich schrittweise zu einem immer klareren Verständnis der essentiellen Einheit von allem, deiner wahren Natur als reines Sein, Wissen und Wonne.

„Aparoksha Anubhuti“ gibt uns konkrete Übungen, um diese höchste Realität unmittelbar zu verstehen. Diese praktischen Meditationstechniken zeigen Shankaracharyas Jnana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas des Raja Yoga – Yama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana und Samadhi – jedoch in einer sehr viel weiteren, metaphysischen Bedeutung als Patanjalis Raja Yoga. Ein einzigartiges Seminar für dich als ernsthafte/r spirituelle/r Aspirant/in, das dich auf der Leiter deiner spirituellen Evolution entscheidend weiter bringt. Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden werden mit einfließen.

Unterrichtstechniken und Hatha Yoga:

Siehe unter Intensiv A1. Alternativ auch als F6 buchbar (s. Seite 19): Mit zusätzlichen Vedanta-Vorträgen (statt Stressmanagement und Trainingslehre). F6 hat auch andere Unterrichtstechniken.

Literatur: „Aparoksha Anubhuti“, YVL, YVA, AAP
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/JZ 521 €

Intensiv B – Hatha Yoga Pradipika

29.6.-8.7.12 BM

SL: Swami Atma Swaruparamananda

Englisch mit deutscher Übersetzung

Hatha Yoga – Eine Rolltreppe zum inneren Frieden in 9 Tagen. Reines Üben der Asanas ohne Verbindung zu ihren spirituellen Wurzeln führt oft zum Verlust der Inspiration. Das Ziel des Yoga ist innerer Frieden.

Hauptmittel dazu sind im Hatha Yoga Asanas, Pranayama, Kriyas, Mudras und Bandhas zur Beherrschung von Geist und Prana. Gute Gesundheit, ein flexibler Körper und höhere Stressresistenz sind positive Nebeneffekte. Detaillierte Besprechung der Hatha Yoga Pradipika, dem klassischen Grundlagenwerk der Hatha Yoga Praxis. Sie gibt genaue – wenn auch verschlüsselte – Anleitungen, wie man das schlafende Energiepotential durch Sadhana, spirituelle Praxis, dynamisch nutzbar machen kann.



Wir behandeln die yogischen Reinigungstechniken für Körper, Geist und Prana. Dieser Kurs ist für Yogapraktizierende geeignet, die zu einem umfassenden Verständnis und einer tieferen Sichtweise gelangen möchten. Ein besonders attraktiver Kurs für Yogalehrer, die ihrem Unterricht und ihrer eigenen Praxis eine neue spirituelle Dimension und Tiefe geben wollen.

Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Gegenseitiger Austausch.
- Besonderer Schwerpunkt: Atemübungen und Atemtechniken in Yogastunden und im Alltag
- Ujjayi, Surya Bheda, Bhastrika, Bhramari, Sitali, Sitkari, Murcha, Plavini und andere Atemübungen: Sanfte Variationen für den normalen Yoga Unterricht. Fortgeschrittenere Variationen für die eigene Praxis
- Einsatz von Bandhas und Mudras im normalen Yoga Unterricht und in der eigenen Praxis
- Energetische Wirkungen der Asanas und Pranayama. Energetische und andere subtile Aspekte beim Unterrichten von Yoga.
- Umgang mit Kundalini Erfahrungen, Energie Erweckungen und Bewusstseinsweiterung.
- Unterrichten von Pranayama/-Variationen, Atem-Kursen und Workshops, Kriya-Workshops.
- Heilwirkungen von Kriyas und Pranayama aus ayurvedischer und schulmedizinischer Sicht
- Meditationstechniken aus Hatha Yoga Pradipika, Kundalini Yoga und Tantra: Shambhavi Mudra Meditation, Antar Nada, Chakra-Meditation, Ujjayi Meditation, Ajna Chakra Pendel-Meditation
- Stimmtraining: Atemtechnik, Stimmtechnik, Satzmelodie und andere Techniken für eine gute Yoga Unterrichts-Stimme.
- Energiehaushalt des Yogalehrers: Vorbeugen von Burnout – Wie halte ich als Yogalehrer ein gutes Energie-Niveau?
- Individuelle Fragen aus deiner Yoga-Praxis.

Benötigte Literatur: HYP, YVL, KE
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/JZ 521 €

Intensiv C – Bhagavad Gita

25.5.-3.6.12 BM; SL: Swami Yogaswarupananda und Sitaram Kube

Teilweise Englisch mit deutscher Übersetzung

Bhagavad Gita, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Hatha Yoga. Unterrichtstechniken, Meditation, Sanskrit.

Bhagavad Gita:

Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser „höchsten Weisheitslehre“. Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag: Wie erkenne ich meine Lebensaufgabe? Wie entscheide ich mich? Was ist meine Pflicht? Wie finde ich meine Wesensnatur (Swarupa)? Wie kann ich meiner Wesensnatur folgen? Wie finde ich den Weg zu meinem Herzen?

Hatha Yoga:

- Erlernen von fortgeschrittenen Techniken.
- Shank Prakashana, die vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus.
- Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Gegenseitiger Austausch.
- Die Yoga Vidya Grundreihe: Exaktes Ausführen der Grundübungen.
- Individuelle Korrekturen. Genaue und ausführliche Hilfestellungen.
- Variationen der Yoga Vidya Grundreihe, insbesondere für Mittelstufe.
- Bhagavad Gita Grundsätze im Hatha Yoga Unterricht. Wie vermittele ich die Bhagavad Gita Grundsätze im normalen Unterricht?
- Yoga für Schwangere.
- Eingehen auf Fragen aus deiner Yogapraxis.

Meditation:

Längere Meditation. Weiterführende Techniken.

Sanskrit: Erlernen bzw. Üben von Devanagari, des Sanskrit Alphabets.

Benötigte Literatur: BG, YWBhG
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv D – Raja Yoga

– Die Yoga Sutras des Patanjali

28.9.-7.10.12 WW, SL: Swami Saradananda

Englisch mit deutscher Übersetzung

Ausführliche Erläuterung der Yoga-Sutras von Patanjali, mit interessanten Anwendungsbeispielen für dein tägliches Leben und deine persönliche und spirituelle Entwicklung.

Sie sind hochaktuell: Viele moderne Techniken der angewandten Psychologie, der Psycho- und Verhaltenstherapie sind eigentlich Raja-Yoga-Techniken, z.B. NLP:

Den Geist beherrschen • die Gedanken bewusst steuern und lenken • Gedankenkraft und positives Denken • fortgeschrittene Meditationsmethoden • die Arten und Gründe des Leidens im Leben • das Leiden überwinden • Unterscheidungskraft und Wunschlosigkeit • die Willenskraft stärken • Fähigkeiten und Kräfte entwickeln durch Konzentration und Einpunktigkeit des Geistes • Gelassenheit, innere Stärke und Ruhe gewinnen • mit schwierigen Situationen souverän umgehen • mit anderen Menschen besser auskommen • erreichen, was du willst.



Meditation:

Meditationstechniken aus dem Raja Yoga.

Unterrichtstechniken:

- Didaktik
- Geistige Wirkungen des Yoga
- Yoga für Kinder
- Yoga für Fortgeschrittene
- Vortragstechnik, Gruppenleitung
- Selbsterfahrung, Affirmationen, Visualisierung im Yoga-Unterricht

**Hatha Yoga:**

- Techniken für Positivität im Alltag
- Techniken für psychische Gesundheit
- Unterrichten von Meditation im Yoga-Unterricht.
- Yamas und Niyamas für Yogalehrer: Yogalehrer-Berufsethik.
- Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Unterrichtspraxis.
- Asana-Variationen
- Shank Prakshalana, die vollständige Darmreinigung, eine der effektivsten Übungen zur Entschlackung des ganzen Organismus.
- Kundalini Yoga: Üben von intensivem Pranayama, Mudras, Bandhas zum Öffnen der Chakras und Erwecken der Energien. Kleines und Mittleres Kriya Yoga.

Sanskrit: Du lernst, Sanskrit lesen und schreiben, was dir einen tieferen Zugang zu den Mantras gibt und ihre richtige Aussprache ermöglicht.

Benötigte Literatur: YW, YVL

MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv E – Bhakti Sutras

6.-15.4.12 BM, SL: Leela Mata, Sitaram Kube und Marcel Turnau
Engl. mit dt. Übersetzung

Bhakti Sutras von Narada. Erlernen von Puja, Homa, Arati. Yoga Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens. Anleitung von Kirtan.

Bhakti Sutras: Rezitation, Behandlung und Besprechung der Bhakti Sutras von Narada, eines der berühmtesten klassischen Werke zum Bhakti Yoga. Für Herzensöffnung und schnelle spirituelle Entwicklung.

Bhakti Yoga: Formen von Bhakti. Stufen des Bhakti. Bhakti im Alltag. Mantra-Singen. Anleitung von Kirtan. Indische Rituale: Arati (Lichtzeremonie), Homa (Feuerzeremonie), Puja. Erklärung, Bedeutung und Erlernen von Puja, Homa, Arati. Hinduistische Mythologie. Symbolik und tiefere Bedeutung. Bhakti in anderen spirituellen Traditionen.

Karma Yoga: Selbstloses Dienen mit Liebe und Mitgefühl. Bedeutung von Bhakti Yoga für Karma Yoga. Spiritualisierung des Alltags.

Jnana Yoga: Jnana und Bhakti Yoga - Unterschiede, Gemeinsamkeiten, Ergänzungen, Auflösung von scheinbaren Widersprüchen.

Hatha Yoga: mit Affirmationen und Konzentrationstechniken. Längeres Halten. Asanas meditativ.

Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung, Didaktik. Individuelle Korrekturen.
- Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens für Anfänger, Mittelstufe und Fortgeschrittene.
- Lerne, Asanas mit Affirmationen, längerem Halten mit Bhakti-Konzentration, Asanastunden mit Mantras aufzubauen und zu geben. Meditationstechniken zur Öffnung des Herzens.
- Anleitung von Kirtan und Arati.
- Meditative Asanas. Gebet, Hingabe, Gott in Yogastunden?
- Einsatz von Musik, Klangschalen und Kirtan in Yogastunden.
- Yoga für Kinder im Vorschulalter.

Sanskrit: Erlernen und Üben von Devanagari, des Sanskrit Alphabets. Dadurch bekommst du einen tiefen und intuitiven Zugang zu den Mantras.

Benötigte Literatur: YVL, „Narada Bhakti Sutras“ (Mangalam Verlag, bzw. Yoga Vidya Shop/Versand) MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv F2 – Die Weisheit der Upanishaden

3.-12.8.12 BM, SL: Swami Govindananda

Im Unterschied zur gleichnamigen Weiterbildung A2 hast du von 14⁰⁰-15⁴⁵ Uhr zusätzliche Vedanta Vorträge zu den Upanishaden (anstelle von Stress-, Entspannungs- und Sportmedizinischer-Trainingslehre) sowie andere Unterrichtstechniken als A2.

Unterrichtstechniken F2: Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Individuelle Korrekturen • Vedantische Visualisierung und Affirmation im Hatha Yoga • Jeweils für Anfänger bis Fortgeschrittene: Variationen und systematischer Aufbau und Heranführen von Teilnehmern an die einzelnen Stellungen der Yoga Vidya Reihe: Kopfstand, Skorpion, Handstand systematisch lernen und lehren, Schulterstand, Pflug, Fisch systematisch lernen und lehren, Dreh- und Standstellungen • Aufbau und Ablauf von Begrüßungs- und Feedbackrunden • Umgang mit Kritik – Aufbau und Anleitung von Traumreisen und Fantasiereisen als Entspannungstechniken.

Benötigte Literatur: UP, YVL, YVA
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv F4 – Viveka Chudamani und Asanas Intensiv

7.-16.9.12 BM, SL: Narayani und Sukadev Bretz
Teilweise Englisch mit deutscher Übersetzung

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg mit Sukadev anhand des „Viveka Chudamani“ („Das Kleinod der Unterscheidung“) von Shankaracharya.

Asanas Intensiv und exakt mit Narayani: Intensives Arbeiten an den Asanas. Lerne spielerisch auch fortgeschrittene Asanas und viele Variationen.

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg: „Viveka Chudamani“ („Das Kleinod der Unterscheidungskraft“), ist eine praktische und tiefgründige Analyse der menschlichen Zwickmühle, der Natur der wahren Realität sowie der Mittel und Wege zur Freiheit vom Rad des Todes und der Wiedergeburt (Samsara). Diesen brillanten Klassiker über Advaita Vedanta, die non-dualistische Vedanta-Philosophie, von Shankaracharya zu studieren heißt, in die Höhen wundervollen Friedens und unermesslicher Freude erhoben zu werden.

Ananas intensiv und exakt: Intensives Arbeiten an den Ananas. Lerne spielerisch auch fortgeschrittene Asanas und viele Variationen. Systematischer Aufbau von Yogastellungen. Vorübungen und schrittweise Annäherung an fortgeschrittene Stellungen. Wertvolle Impulse und Hinweise für deine eigene Praxis und deinen Yoga-Unterricht. Dank ihrer langen und intensiven Asana-Praxis und 20 Jahren Unterrichtserfahrung kann dir Narayani ein tiefes Verständnis für die Asanas und ihre Wirkungen auf allen Ebenen vermitteln.



Hatha Yoga und Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Korrekturen: Besonders Mittelstufe und Fortgeschrittene
- Yoga Bodywork Partner Asanas Unterrichtstechniken zur Transzendierung des Körperbewusstseins
- Asanas mit vedantischen Lehrsätzen
- Asanas mit den Mahavakyas Darshanas im Hatha Yoga Unterricht
- Abstrakte Meditationstechniken im Hatha Yoga Unterricht
- Meditatives Halten der Stellungen
- Jnana Yoga im Hatha Yoga Unterricht
- Bewusstseinsweiterung im Hatha Yoga
- Identifikationen transzendieren mittels Hatha Yoga
- Shank Prakshalana, die vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus.

Benötigte Literatur: YVL, YVA, „Viveka Chudamani“

MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €



Unterrichtstechniken F 6:

Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Individuelle Korrekturen. Besonders: Hatha Yoga nach ayurvedischen Gesichtspunkten, abgestimmt auf Vata-, Pita-, Kapha-Konstitution • Yoga für Rückbildung nach der Schwangerschaft • Neue Stellungen im Yoga-Unterricht einführen • Jnana-Yoga-Techniken im Hatha Yoga Unterricht für Anfänger.

Benötigte Literatur: „Aparoksha Anubhuti“, YVL, YVA
MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv F6 – Aparoksh Anubhuti – die direkte Verwirklichung des Selbst

13.-22.7.12 BM, SL: Chandra Cohen, Marcel Turnau
Teilweise Englisch mit deutscher Übersetzung

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit.

Anhand des „Aparoksha Anubhuti“, „direkte intuitive Gotteserfahrung“, einem prägnanten genialem Werk mit 144 Sutras, entfalten wir die Lehren von Shankaracharya, dem großen Philosophen und Meister des Vedanta. „Hier wird das Mittel erläutert, durch welches Aparoksha Anubhuti, die direkte Verwirklichung, erlangt werden kann, um so die endgültige Befreiung zu erreichen...“ (Vers 2)

Beschreibung siehe A6 Seite 14. Im Unterschied zur gleichnamigen Weiterbildung A6 hast du von 14^{00-15⁴⁵} Uhr zusätzliche Vedanta-Vorträge zu „Aparoksha Anubhuti“ (anstelle von Stress-, Entspannungs- und sportmedizinischer Trainingslehre), sowie andere Unterrichtstechniken als A6.

Intensiv F7 – Yoga Vasishta

5.-14.10.12 BM, SL: Leela Mata, Nirmala Naumann
Teilweise Englisch mit deutscher Übersetzung

Yoga Vashishta und Leela Mata – eine unschlagbare Kombination und Anleitung zum Glücklichsein inmitten aller Wechselfälle des Lebens!

Freue dich auf ein ganz besonderes, einmaliges Seminar: höchste philosophische Weisheit, einfühlig, intuitiv und weise interpretiert und erklärt.

Die „Yoga Vasishta“ ist eine der wichtigsten Jnana Yoga Schriften. Der Weise Vasishta erklärt darin dem Prinzen Rama, der verzweifelt ist über das Leid der Welt und nach einem tieferen Sinn im Leben sucht, die höchste Weisheit des Vedanta, der Philosophie der Einheit. Das Werk ist voller unglaublicher Geschichten – teilweise lustigen, oft surrealen Geschichten, von Paralleluniversen und -welten – um uns die illusionäre Natur dieser Welt und unserer üblichen Vorstellungen von „Ich“ und „Welt“ vor Augen zu führen.

Dabei ist die Yoga Vasishtha aber kein Werk für weltfremde Gelehrte – im Gegenteil. Ihre Grundaussage ist: Erkenne, dass hinter und in allem Relativen sich eine einzige absolute Wahrheit manifestiert, erkenne, dass du in Wirklichkeit Brahman, reines Bewusstsein bist, befreie dich so von allen begrenzenden Identifikationen und dann handle verhaftungslos in der Welt. Das ist der Weg, Leid zu überwinden und glücklich zu leben.

Unterrichtstechniken:

Didaktik. Individuelle Korrekturen. Besonders: Unterrichten von Gruppen mit gemischtem Niveau

- Meditation mit Kindern – was ist möglich und wie
- Yoga für Jugendliche
- Allgemeine Grundlagen der Didaktik und Methodik
- Grundlagen der Motivation
- Wie motiviere ich Teilnehmer zum Üben und sich Fordern
- Abstrakte Meditationstechniken im Hatha Yoga Unterricht mit Anfängern
- Vorübungen und Variationen der Yoga Vidya Reihe für Anfänger.

Benötigte Literatur: YVA, YVL und idealerweise „Yoga Vasishtha“ (im Yoga Vidya Verlag erhältlich) MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €

Intensiv H – Gheranda Samhita

27.7.–5.8.12 BM, SL: Swami Saradananda

Englisch mit deutscher Übersetzung

Gheranda Samhita – der 7-fache Weg zur Vollkommenheit. Genaue und exakte Beschreibung und Üben von Kriyas, Asanas, Mudras, Bandhas, Pranayama, Pratyahara und Dhyana.

Über das angewandte Wissen dieser Techniken bekommst du mehr und mehr Zugang zu Intuition, Achtsamkeit und höheren Erfahrungen. Lerne anhand dieses umfassendsten Handbuchs zur Yoga-Praxis, wie du über die Arbeit am Körper und Geist deine eigene Praxis verfeinern kannst. Dies führt dich über die Körperarbeit zu mehr innerem Frieden, Ruhe und Gelassenheit und intuitiver Verwirklichung der höchsten Wahrheit. Die „Gheranda Samhita“ ist das umfassendste Handbuch zur Yoga und Kundalini Praxis überhaupt.

Die 7 Kapitel entsprechen den sieben Methoden der Vervollkommnung. Jedes Kapitel lehrt eine Reihe von entsprechenden Techniken die zu einem dieser 7 Mittel führen: Reinigung durch Kriyas; Stärke durch Asanas; Beständigkeit und Festigkeit durch Mudras; Ruhe und Ausgeglichenheit durch Pratyahara, Leichtigkeit und Energie durch Pranayama und angepasste Lebensweise; Verwirklichung des Selbst durch Dhyana; Samadhi. Gute Gesundheit, ein flexibler Körper und höhere Stressresistenz sind positive Nebeneffekte.

Swami Saradananda wird insbesondere ihre verfeinerten Chakra-Meditationen anleiten, in die 30 Jahre eigener Praxis- und Unterrichtserfahrung einfließen, sowie spezielle Energie- und Atemtechniken. Zu beiden Themen hat sie auch Bücher verfasst. Du gelangst zu einem umfassenden Verständnis und einer tieferen Sichtweise. Ein besonders attraktiver Kurs für Yogalehrer, die ihrem Unterricht und ihrer eigenen Praxis eine neue spirituelle Dimension und Tiefe geben wollen.

Hatha Yoga und Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Gegenseitiger Austausch. Yoga für Fortgeschrittene.
- Unterrichten von sportlicheren Yogastunden.
- Energetische Wirkungen der Asanas und Pranayamas. Energetische und andere subtile Aspekte beim Unterrichten von Yoga.
- Energiearbeit mit Hatha Yoga.
- Umgang mit Kundalini Erfahrungen, Energie-Erweckungen und Bewusstseinsweiterung.
- Unterrichten von Chakrameditation, Pranaheilung.
- Unterrichten von Pranayama und Pranayama-Variationen, Atem-Kursen, Kriya-Workshops u.a.
- Energiehaushalt des Yogalehrers: Vorbeugen von Burnout – wie halte ich als Yogalehrer ein gutes Energie-Niveau?
- Individuelle Fragen aus deiner Yogapraxis.

Benötigte Literatur: KE, Peter Thomi „Gherandha Samhita“ Institut für Indologie Wichtrach/Schweiz MZ 625 €, DZ 755 €, EZ 890 €, S/Z 521 €



Kinder-Yoga Weiterbildung

- 22 Yoga mit Kindern
- 22 Kinderyogalehrer Weiterbildung – Intensiv A
- 23 Kinderyogalehrer Weiterbildung – Intensiv C
- 23 Yoga mit Jugendlichen
- 23 Yoga und Kampfspiele für Kinder und Jugendliche
- 24 Yoga und soziales Training im Umgang mit Jugendlichen
- 24 „Dancing Feet“ – Kinderyoga
- 25 Yogallo – Kinderyoga für Erwachsene
- 25 Erlebnispädagogik Ausbildung
- 25 Entspannungstrainer/in für Kinder
- 25 Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder und Jugendliche (EMYK ©)
- 26 ADS/ADHS-Berater/in Ausbildung
- 26 Yoga für Kinder mit ADS/ADHS
- 26 Yoga für körper- und schwerbehinderte Kinder
- 26 Kinder Yoga Übungsleiter/in
- 27 Übungsleiter/in Yoga für Jugendliche
- 27 Ahimsa Trainer für Kinder
- 28 Kinderyogalehrer/in Ausbildung im Bausteinsystem

Vermutlich findest du hier eines der umfangreichsten Angebote auf diesem Gebiet überhaupt!

Neu besteht auch die Möglichkeit, mittels der Weiterbildungen im Bausteinsystem die Qualifikation zum „Kinderyogalehrer/in BYVG“ mit 620 Unterrichtseinheiten zu erwerben und damit einen von den Krankenkassen anerkannten Status zu erlangen (bei vorhandener beruflicher Grundqualifikation).

Um die Interessen der Kinderyoga-Lehrer professioneller zu vertreten, haben wir eigens dafür den Kinderyoga-Berufsverband als einen Zweigverband des BYV gegründet. Nach Abschluss der Kinderyoga Baustein Ausbildung bist du berechtigt, dich kostenlos auch bei unserem Verband registrieren zu lassen.



Yoga mit Kindern

10.-12.2.12 WW	SL: Kavita Pippon
23.-25.3.12 BM	SL: Narayan Poesse
6.-8.4.12 NO	SL: Charry Ruiz
1.-3.6.12 WW	SL: Kavita Pippon
29.6.-1.7.12 NO	SL: Kavita Pippon
24.-26.8.12 BM	SL: Narayan Poesse
12.-14.10.12 BM	SL: Kavita Pippon
14.-16.12.12 BM	SL: Charry Ruiz

Kinder sind hohen, schulischen Anforderungen ausgesetzt. Durch Yoga und kindgemäße Entspannungsübungen kann dem entgegen gewirkt werden. Kinder können durch Yoga sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben.

Du lernst: Vorbereitung für Kinderyoga-Stunden, Aufbau einer Kinderyoga-Stunde. Yoga an kindliche Bedürfnisse anpassen. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt, ebenso im privaten Kinder-Unterricht.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Kinderyogalehrer Weiterbildung – Intensiv A

30.3.-8.4.12 BM, SL: Ingrid und Wolfgang Seemann, Narendra Hübner

Theorie und Praxis zum Unterrichten von Kinderyoga. Schwerpunkt: Pädagogik, Didaktik, Methodik des Yogaunterrichts mit Kindern. Sozialisation.

Themen u.a.:

- Richtungen und Methoden der Erziehungswissenschaft. Geschichte der Pädagogik.
- Die Entwicklungspsychologie im Kindes- und Jugendalter. Sozialisation.
- Erziehung und Bildung.
- Lernmodelle. Didaktische Modelle.
- Yoga in Schulen.
- Viel Praxisbeispiele im Unterrichten von Kinderyoga.
- Lehrproben: gegenseitiges Unterrichten unter Supervision.

Pflichtbaustein, wenn du das Zertifikat „Kinderyogalehrer/in BYV, 620 UE“ anstrebst. Mit praktischer Prüfung und schriftlicher Hausarbeit.

MZ 625 €; DZ 755 €; EZ 890 €; S/Z 521 €

Kinderyogalehrer Weiterbildung – Intensiv C

12.-21.10.12 BM, SL: Kavita Pippon

Mit viel Spaß schlüpfst du in die Rolle des Kindes und Jugendlichen und erlebst und lernst verschiedene Bausteine einer Kinderyogastunde für Kinder zwischen 3 und 17 Jahren. Im Kindergarten und Vorschulalter geht es vor allem um Nachahmung und Wiederholung, Schulkinder wollen auch im Yogaunterricht etwas lernen und Jugendliche wollen ausprobieren und herausfinden, was ihre Persönlichkeit ausmacht. Durch das eigene Erleben der jeweiligen Kinderyogaübung fällt dir das Unterrichten von Kindern leicht. Du erfährst, welche Themen die Kinder in den verschiedenen Alterstufen bewegen und lernst, den Bedürfnissen entsprechend Unterrichtseinheiten aufzubauen.

Die intensive eigene Praxis harmonisiert das Zusammenspiel von Kopf, Herz und Bauch, so dass du auch theoretische Themen wie Methodik und Didaktik kinderleicht aufnimmst. In den Lehrproben gewinnst du Sicherheit im Unterrichten von Kindern, erarbeitest deinen individuellen Stil und wirst dir deiner Stärken und Schwächen bewusst.

Themen und Inhalte:

- die Bausteine einer Kinderyogastunde
- altersgerechtes Anleiten der Asanas
- themenorientierte Übungsreihen
- Rituale, Stilleübungen, Sinnesübungen, Meditationen, Bewegungsspiele, Massagetechniken, Lieder, Geschichten und Yogaphilosophie
- Partnerübungen und Übungen zur Förderung der Kooperationsfähigkeit und des sozialen Verhaltens
- Aufbau und Durchführung von mehrwöchigen Kursen und Workshops in verschiedenen Einrichtungen wie Kindergärten, Schulen und privaten Yogazentren
- Vertiefung von Methodik und Didaktik
- Umgang mit sog. „Verhaltensauffälligkeiten“
- Schulung des Bewusstseins und Reflektion des eigenen Unterrichtsstils
- Supervision und Austausch
- Psychologie von Kindern
- Yoga für Jugendliche.

MZ 625 €; DZ 755 €; EZ 890 €; S/Z 521 €



Yoga mit Jugendlichen

27.-29.1.12 WW; 6.-8.7.12 BM; 10.-12.8.12 NO
SL: Kavita Pippon

Wie erreicht man die Jugendlichen? Wo stehen sie im Leben? Was brauchen sie? Lasse dich inspirieren und lerne, Yoga für Jugendliche zu unterrichten. Erfahre, welche Asanas und Übungsreihen Jugendlichen besonders gut tun.

27.-29.1., 6.-8.7.: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

10.-12.8.: MZ 171 €; DZ 208 €; EZ 247 €; S/Z 146 €

Yoga und Kampfspiele für Kinder und Jugendliche

3.-5.2.12 BM, SL: Hans-Jürgen Klee

Lerne Kinder zu Kampfspiele anzuweisen in Verbindung mit Yoga. Spielerisch steigern die Kinder ihr Durchhaltevermögen, Reaktionsgeschwindigkeit und Konzentrationsfähigkeit. Vermittelt werden Fairness und ein positiver Umgang mit Kraft und Aggression. Die Kinder lernen eigene Gefühle zu benennen, ihre eigenen Regeln aufzustellen und so wichtige Erfahrungen im Miteinander zu machen. Außerdem: Fallschule, Sonnengebet mit Affirmationen, Visualisierungen, wertvolle Tipps zur Stärkung der Motivation, des Verantwortungsbewusstseins und der Disziplin.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga und soziales Training im Umgang mit Jugendlichen

25.-27.5.12 BM, SL: Hans-Jürgen Klee, Lalita Furrer



Du lernst die Anwendung von Yoga, Kampf- und Rollenspielen als Methoden des sozialen Trainings. Durch die geniale Verbindung dieser drei Methoden kannst du die Übungen individuell an die jeweilige Gruppe anpassen bzw.

Schwerpunkte setzen und so das Interesse der Jugendlichen wach halten.

Du lernst Übungen zu den Themen: Grenzen setzen, Selbstschutz, Wertschätzung, Körpersprache, Gruppenbewusstsein. Es geht darum, jungen Menschen ungünstige Verhaltensweisen, die aus Wut und Aggression entstehen, bewusst zu machen und mit Hilfe von Yoga und sozialem Training günstige Handlungsalternativen zu erarbeiten.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

„Dancing Feet“ – Kinderyoga

12.-17.8.12 WW, SL: Monika Adele Camara

Stark wie ein Baum, geschmeidig wie eine Schlange, beweglich wie eine Katze und ruhig wie ein Stein. Klassisches Hatha Yoga, Elemente aus der elementaren Tanzerziehung und Inspirationen aus der Natur machen aus Zappelphilippen ruhige Kinder. Dancing Feet-Kinderyoga kommt dem kindlichen Bedürfnis nach Ruhe und Bewegung sowohl drinnen als auch draußen entgegen.

Ein besonderes ganzheitliches, situationsorientiertes Konzept des klassischen Yoga wird kombiniert mit der Elementaren Tanzerziehung. So wird auf die unterschiedlichen Temperamente, körperlichen und seelischen Befindlichkeiten der Kinder gezielt eingegangen. Erarbeitung einer exemplarischen Stunde für den Vor- und Grundschulunterricht für Kinder von 4-10 Jahren.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €



Yogallo – Kinderyoga für Erwachsene

8.-11.4.12 WW, 5.-7.10.12 BM, SL: Shankara Wenzel

Viel Lachen, Spaß und fröhlich sein erfährst du an diesem Wochenende in einer netten Erwachsenen-(Kinder)-Yogarunde. Du lernst Yoga von einer ganz anderen Seite kennen. Diese Erfahrung wird dich bereichern und kann deine eigene Praxis auf eine neue Ebene bringen. Offenheit ist erwünscht. Für Yogalehrer bestens geeignet.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Erlebnispädagogik Ausbildung

12.-17.8.12 BM, SL: Savitri Welzenbach

Du lernst die theoretischen Grundlagen der Erlebnispädagogik mit Schwerpunkt auf ihrer praktischen Umsetzung.

Gemeinsames Erarbeiten von vier Erlebnisfeldern: Natur und Wald • Stille und Klang • Wahrnehmung und Bewegung • die vier Elemente.

Pädagogische Arbeit mit Naturmaterialien:

Mandalas, Musikinstrumente, Bauen eines Barfußpfades, Herstellen von Spielen aus Naturmaterialien, Klang-Spiele und -Massagen, Yoga- und Feldenkrais-Übungen für Kinder.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Entspannungstrainer/in für Kinder

20.-22.7.12 BM, SL: Durga Devi Wallburger

29.7.-3.8.12 BM, SL: Savitri Welzenbach

Diese Kursleiter-Ausbildung befähigt zum professionellen Umgang mit Entspannungsverfahren bei Kindern sowie zur Durchführung von Entspannungskursen für Kinder in Kindergärten, Schulen, freien Kinder- und Jugendzentren sowie in Familienbildungsstätten und Volkshochschulen. Du lernst methodisch-didaktisches Know-how zum Aufbau einer Kurseinheit ebenso wie intensive praktische Durchführung anhand von Beispiel-Kurseinheiten.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €



Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder und Jugendliche (EMYK®)

Teil 1: 4.-9.3.12, Teil 2: 20.-22.4.12 BM

SL: Matangi Eichberger

Nur beide Teile zusammen möglich.

Diese in Kooperation mit dem Zentrum für Bildungsgesundheit (ZfB) angebotene Ausbildung befähigt dich als Kursleiter das 15 Sitzungen umfassende Entspannungstraining mit Yogaelementen (EMYK®) mit Kindern und Jugendlichen anzuleiten.

EMYK ist das erste wissenschaftlich standardisierte und evaluierte Kinder-Yogaprogramm in Deutschland. Es existiert mittlerweile als Schul- und als Kindergartenversion. Es wird seit 1997 sehr erfolgreich an Schulen, Kindertagesstätten, Kliniken, in der Physio- und Ergotherapie unterrichtet. Die Yogaübungen im EMYK orientieren sich an der Rishikeshreihe in der Tradition von Swami Sivananda. Nach einer Praxisphase schließt die Ausbildung mit einem Supervisions-Modul (20.-22.4.12).

Du erhältst die Berechtigung, EMYK als Gesamtprogramm lehren zu dürfen, Zugang zu allen wissenschaftlichen Befunden und Artikeln und Logo zur Qualitätssicherung für Bewerbungen bei Krankenkassen und Institutionen. Mit Handbuch.

Inklusivpreis für beide Teile zusammen:

MZ 644 €, DZ 745 €, EZ 850 €, S/Z/Womo 563 €



Yoga für körper- und schwerbehinderte Kinder

27.-29.4.12 BM, 21.- 23.9.12 BM

SL: Marion Weiß

Wie kannst du durch das Integrale Yoga behinderte Kinder ganzheitlich fördern und unterstützen? Die Yogareihe wird dem jeweiligen Kind angepasst und durch physiotherapeutische und pädagogische Elemente bereichert. Du bekommst viele Anregungen, wie du schwerstbehinderte Kinder ab dem 1. Lebensjahr auf ihrem Weg liebevoll-yogisch begleiten kannst. Für Yogalehrer und Kinderyoga Übungsleiter.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

ADS/ADHS-Berater/in Ausbildung

25.-30.3.12 BM, SL: Durga Devi Wallburger

Diese Ausbildung befähigt zum Erkennen von und Umgang mit Kindern mit ADS/ADHS. Ein besonderes Augenmerk soll auf die Diagnostik gelegt werden, da nicht jedes unruhige, zappelige Kind an Hyperaktivität oder dem Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom leidet. Die Ursachen von ADS/ADHS sind sehr vielfältig.

Du lernst im Rahmen dieser Ausbildung die nötige Differenzierungskompetenz, um Kinder effektiv zu begleiten und Eltern wie Lehrer kompetent zu beraten.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Yoga für Kinder mit ADS/ADHS

24.-26.2.12 BM, 16.-18.11.12 NO

SL: Durga Devi Wallburger

Themen: Was ist ADS/ADHS? Wie wird ADS/ADHS festgestellt? Welche Hilfen habe ich als Kinder Yogalehrer/in? Was kann ich mit Kinderyoga für die Kinder tun? Wo sind meine Grenzen?

Viel Kinderyoga Praxis, besonders abgestimmt auf Kinder mit ADS/ADHS.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Kinder Yoga Übungsleiter/in

1.-15.4.12 BM, 22.7.-5.8.12 BM, SL: Lalita Furrer und Kavita Pippon

Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer, geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Kinderyoga spezialisieren wollen. Als Yoga Vidya ausgebildeter Yogalehrer wird einiges für dich Wiederholung sein. Wir bieten auch die Möglichkeit, nach dieser Ausbildung bei Kinderyoga-Seminaren zu assistieren und praktische Erfahrungen zu sammeln.

Lerne, Yogakurse für Kinder in diversen Altersgruppen von 3-12 Jahren anzuleiten. Besonders interessant für Lehrer, Erzieherinnen, sonstige Pädagogen, Vereinstrainer, Eltern und alle, die Kinderyoga unterrichten wollen, sei es im Regelschulunterricht, im Kindergarten, in Projektgruppen, im Verein, in Yogazentren, Fitnessstudios etc.

Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte, bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe. Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf diverse Altersgruppen angepasst anzuleiten und zu korrigieren. Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik. Ablauf und Aufbau von Kinderyogastunden. Mit vielen praktischen Kinderyoga Übungsstunden.

MZ 1.079 €; DZ 1.282 €; EZ 1.492 €; S/Z 918 €

Übungsleiter/in Yoga für Jugendliche

6.-15.7.12 BM, SL: Kavita Pippon

Erwachsene unterrichten Jugendliche.

Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer, geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Yoga mit Jugendlichen spezialisieren wollen. Als Yoga Vidya ausgebildeter Yogalehrer wird einiges für dich Wiederholung sein. Wir bieten die Möglichkeit, nach der Ausbildung bei Jugendlichen-Seminaren zu assistieren, um praktische Erfahrungen zu sammeln.

Lerne, Yogakurse für Jugendliche anzuleiten. Yoga ist an einigen uns bekannten Gymnasien im Rahmen von Projektwochen die beliebteste Projektgruppe, die von den Jugendlichen mit Begeisterung angenommen wird. Das Interesse und Bedürfnis gerade in dieser Altersgruppe ist groß. Besonders interessant für Lehrer/innen, Erzieher/innen, sonstige Pädagogen, Vereinstrainer, Eltern und alle, die Yoga in ihre Arbeit mit Jugendlichen integrieren wollen, sei es in der Schule, Berufsschule, Gymnasium, in Projektgruppen, Jugendfreizeiten, im Fitnessstudio, in Yogazentren, in der Sozialarbeit etc.

Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte, bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe. Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf Jugendliche angepasst anzuleiten und zu korrigieren. Besonderheiten beim Unterrichten von Jugendlichen im Allgemeinen und im Yoga-Unterricht. Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik. Mit vielen praktischen Jugendlichen-Übungsstunden. Üben in Kleingruppen.

MZ 713 €; DZ 844 €; EZ 979 €; S/Z 610 €

Ahimsa Trainer für Kinder

15.-22.7.12 BM

SL: Hans-Jürgen Klee und Lalita Furrer

Lerne Kindern die Methoden an die Hand zu geben die sie für ein gewaltloses Miteinander brauchen, ihre Ängste überwinden und ihr Selbstvertrauen stärken können. U.a.: Entwicklung der Selbst- und Fremdwahrnehmung • Gruppenbewusstsein stärken

- Sensibilisierung für alltägliche Gewalt
- Positiver Umgang mit Wut und Zorn.

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €



Kinderyogalehrer/in Ausbildung im Bausteinsystem

Wenn du dich besonders auf das Unterrichten von Yoga mit Kindern spezialisieren willst, kannst du durch den Besuch mehrerer Kinderyoga-Pflicht- und Wahlbaustein-Weiterbildungen die Zusatzqualifikation „Kinderyogalehrer/in BYV“ erwerben. Die Kinderyogalehrer-Ausbildung umfasst mindestens 620 Unterrichtseinheiten und setzt sich zusammen aus:

1. der Yoga Vidya Yogalehrer-Ausbildung

(4-Wochen-Intensiv oder 2-Jahres- oder 3-Jahres-Ausbildung). Sie zählt mit 400 UE. (Yogalehrer anderer Traditionen: auf Anfrage)

2. zusätzlich frei wählbaren Bausteinen aus den Kinderyoga-Weiterbildungen (s. Seiten 22-27). Die Zusatzbausteine müssen mindestens 110 Unterrichtseinheiten umfassen, die du dir z.B. durch die 9-tägige Kinderyoga-Weiterbildungen, durch mehrere Wochenenden oder als Kurzwochen individuell zusammenstellen kannst, je nach deinen besonderen Interessen und wie du es dir zeitlich am besten einteilen kannst.

3. dem neuntätigen Intensiv-Theorie Pflichtbaustein „Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv A“ (30.3.-8.4.12 mit praktischer Prüfung und schriftlicher Hausarbeit) (110 UE)

Wenn du schon Kinderyoga-Weiterbildungen bei Yoga Vidya besucht hast, können diese für die Kinderyogalehrer-Ausbildung anerkannt werden. Wir empfehlen, die besuchten Weiterbildungen im Yoga Vidya Qualifikationsheft einzutragen und am Ende des Seminars an der Rezeption bestätigen zu lassen. Wenn du noch kein Qualifikationsheft hast, lass dir bei deinem nächsten Besuch im Haus Yoga Vidya Bad Meinberg, Westerwald oder Nordsee eines geben. Bei Nachweis aller Übungseinheiten und erfolgreichem Abschluss stellt dir unsere Seminarplanung das Yogalehrer-Zertifikat aus.



Schwangeren-Yoga Weiterbildung

- 30 Yoga für Schwangere
- 30 Yoga rund um die Geburt
- 31 Yoga für Rückbildung nach der Schwangerschaft
- 31 Yoga nach der Geburt – Rückbildung mit Yoga
- 32 Rückbildung mit Yoga für junge Mütter und ihre Säuglinge
- 32 Schwangeren Yoga Übungsleiter/in



Yoga für Schwangere

3.-5.2.12 WW; 4.-6.5.12 WW; 3.-10.8.12 NO
SL: Susanne von Somm

Die Schwangerschaft mit ihren Veränderungen ist für jede Frau (und ihren Partner) eine tief greifende Erfahrung und Herausforderung. Der weibliche Körper arbeitet auf Hochtouren, die hormonelle Situation beeinflusst das Gefühlsleben, die sinnliche Wahrnehmung ist extrem intensiviert. Ein angemessenes Training wie das Schwangerenyoga ist zur Verbesserung des Wohlbefindens, zur Stabilisierung der Emotionen und zur Vorbereitung auf die Geburt ideal.

Du stimmst dich fachlich und menschlich auf deine Zielgruppe ein, lernst schwangerschaftsverträgliche Asana-Variationen, Atem- und Entspannungstechniken kennen und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen der Schwangerschaft, auch mit möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander. Zur Vertiefung wird der Kurs auch als einwöchiges Intensivseminar angeboten.

3.-5.2.12, 4.-6.5.12: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; Womo/Z 133 €;

3.-10.8.12: MZ 540 €; DZ 666 €; EZ 802 €; S/Z 451 €

Yoga für Schwangere

24.-26.2.12 BM, SL: Katyayani Ulbricht

Lerne, spezielle Yogakurse für Schwangere zu unterrichten.

Inhalte u.a.:

- Innere und äußere Veränderungen in der Schwangerschaft und wie diese durch Yoga harmonisiert und unterstützt werden können.
- Besonderheiten in den einzelnen Schwangerschaftsphasen. Aufbau der Yogastunde.
- Asanas zur Wirbelsäulenstreckung, Rückenstärkung und Beckenöffnung.
- Spezielle Atemtechniken und Konzentrationshilfen.
- Mutter-Kind-Meditation.

Mit Tipps aus der Hebammensprechstunde und einer Beispiel-Yogastunde für Schwangere.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga rund um die Geburt

26.10.-2.11.12 BM, SL: Susanne von Somm



Du lernst in diesem Seminar, die Yoga Vidya-Reihe für Schwangere und Frauen in der Rückbildungszeit nach der Geburt anzupassen und zu ergänzen, lernst spezielle Atem- und Entspannungstechniken kennen und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen von Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, auch mit möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander.

Dem Beckenboden als besonders betroffener Muskulatur werden wir grosse Aufmerksamkeit schenken, wovon deine gesamte Yogapraxis profitieren wird.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Yoga für Rückbildung nach der Schwangerschaft

23.-25.11.12 WW, SL: Susanne von Somm

Rückbildungsyoga hilft, Körper und Geist in der Zeit nach der Geburt zu zentrieren, den Körper sanft und schonend zu kräftigen und vor allem den Beckenboden aufzubauen. Aber auch andere Bereiche des Körpers, die durch den täglichen Umgang mit einem Baby besonders beansprucht werden, sind für die Rückbildung relevant.

In der Rückbildungsyoga-Weiterbildung erfährst du Grundlegendes über die körperliche und seelische Situation von frischgebackenen Müttern und lernst, in welcher Weise Yogaunterricht für diese Frauen sinnvoll sein kann.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga nach der Geburt – Rückbildung mit Yoga

14.-16.9.12 BM, SL: Katyayani Ulbricht

Yoga hilft der jungen Mutter, mit den natürlichen Veränderungen durch Schwangerschaft und Geburt in Einklang zu kommen und harmonisch mit sich selbst und dem Baby umzugehen. Yoga unterstützt diesen Prozess insbesondere durch Stärkung und Harmonisierung von Körper, Gedanken und Emotionen.

Lerne, Schwangerschaftsrückbildung und Yoga zu verbinden und zu unterrichten. Was heißt „Rückbildung“ überhaupt, was ist dabei zu beachten und wie unterstützt Yoga diesen Prozess? Spezielle Asanas insbesondere für Beckenboden, Bauch und Rücken. Pranayama, Meditation, Entspannung.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €



Rückbildung mit Yoga für junge Mütter und ihre Säuglinge

30.3.-6.4.12 BM, SL: Susanne von Somm

Yoga bedeutet verbinden, vereinen. Dazu gehört auch die Verbindung der Eltern mit dem Kind. Yoga ist eine wunderbar sanfte Methode für frisch gebackene Mütter ab ca. 6-8 Wochen nach der Geburt. Das Baby liegt dabei neben der Mutter (Blickkontakt und nahe genug zum Streicheln) oder wird in einzelne Übungen integriert. Yoga ist ein wunderbarer Weg Ruhe, Freude und Kraft nicht nur dem ersten gemeinsamen Jahr zu geben.

Diese Weiterbildung zeigt die Besonderheiten und Schwerpunkte im Unterrichten auf:

Bandhas • spezifische Asanas • Modifikationen und Hilfsmittel - bezüglich Haltung, Rückbildung, Verspannungen, Stress, Ausdauer und Erholung von Schwangerschaft und Geburt.

In dieser erfüllenden Arbeit tut sich auch eine Nische gerade für Existenzgründer auf.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Schwangeren Yoga Übungsleiter/in

31.8.-9.9.12 BM, SL: Susanne von Somm

Anerkannt als Fortbildungsveranstaltung für Hebammen im Sinne von § 7 HebBO (Berufsordnung für Hebammen und Entbindungspfleger)

Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer, auch als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Yoga mit Schwangeren spezialisieren wollen. Als Yoga Vidya Lehrer wird Einiges für dich Wiederholung sein. Lerne, Yogakurse für Schwangere anzuleiten.

Besonders interessant für Hebammen, Ärzte, Schwestern, Krankenpfleger, Therapeuten, im ganzheitlichen Gesundheitsbereich, der Gesundheitsberatung und Erwachsenenbildung Tätige, sei es in Volkshochschulen, Instituten, Interessengruppen, in Yoga-Zentren, Fitnessstudios etc. Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe. Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf Schwangere in allen Stadien der Schwangerschaft und zur Rückbildung nach der Schwangerschaft angepasst anzuleiten und zu korrigieren.

Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik. Mit vielen praktischen Schwangerenyoga Übungsstunden.

MZ 713 €; DZ 844 €; EZ 979 €; S/Z 610 €



Yoga bei spezifischen Beschwerden

- 34 Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden
- 35 Rücken-Yoga Lehrer/in
- 36 Yoga für den Rücken
- 36 Physioga - Yoga und Physiotherapie für den Rücken
- 37 Rückenkursleiter/in Ausbildung
- 37 Rücken-Coach Ausbildung
- 37 Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkerkrankungen
- 37 Yoga bei MS (Multiple Sklerose)
- 38 Yoga und Viszerale Osteopathie
- 38 Yogatherapie bei Kurzsichtigkeit



Yoga fürs Herz nach Dr. Dean Ornish

10.-17.8.12 BM, SL: Ravi Persche, Lutz Hertel und Evelis Grohmann (Beschreibung s. Seite 69)

Yogatherapie bei Erkrankungen der Atemorgane (des respiratorischen Systems)

22.-29.7.12 BM, SL: Ravi Persche (s. Seite 70)

Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen und Erkrankungen des Verdauungssystems

7.-14.10.12 BM, SL: Ravi Persche (s. Seite 70)

Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen

25.3.-1.4.12 BM, SL: Ravi Persche (s. Seite 69)

Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie

26.2.-4.3.12 BM, 1.-8.7.12 BM, SL: Shivakami Bretz (s. Seite 76)

Yoga bei psychischen Problemen

20.-27.5.12 BM, 30.9.-7.10.12 BM
SL: Shivakami Bretz (s. Seite 78)

Sucht sucht Bewegung – ambulante Suchthilfe mal anders

14.-19.12.12 BM, SL: Christina Keulen (s. Seite 79)

Yogatherapie bei Rückenproblemen und Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates

9.-16.3.12 BM, SL: Ravi Persche, Wolfgang Kessler (s. Seite 70)

Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden

8.-15.4.12 BM, 12.-19.8.12 BM

SL: Sukadev Bretz und Sarada Serra

Was gilt es zu beachten, wenn Yogaschüler besondere Probleme wie Gelenk-, Rücken-, Atem-Beschwerden haben, wenn sie körperliche Besonderheiten haben oder die normale Yoga Vidya Reihe nicht beherrschen. Wertvolle Tipps für gemischte Gruppen, für spezialisierte Gruppen sowie für Privatstunden. Gibt ein tiefes Verständnis für Gesundheit, Umgang mit Krankheit und Heilung. Mit vielen Übungen, die über das in der Yoga Vidya Ausbildung Gelernte hinausgehen und darauf aufbauen.

Du lernst insbesondere:

- Die Grundprinzipien für „Yoga bei besonderen Problemen“
- Yoga für den Rücken, unspezifische Probleme
- Yoga bei Nackenproblemen und Probleme des oberen Rückens
- Yoga bei Problemen des Lenden- u. Kreuzbereichs
- Yoga bei Bandscheibenvorfall, Scheuermann, Morbus Bechterew, künstliche Versteifungen, Ischialgie, Arthrose, Hexenschuss
- Yoga bei Gelenkproblemen: Arthritis und Arthrose; bei Rheuma und Gicht
- Yoga bei Problemen der einzelnen Gelenke: Finger, Hand, Karpaltunnel-Syndrom, Ellbogen, Schulter, Hüftgelenk, Knie, Fuß
- Yoga bei Schlafstörungen
- Kopfweg: Spannungskopfschmerz, Migräne
- Yoga bei Beschwerden des Atmungssystems, speziell Asthma
- Yoga fürs Herz: Yoga bei Bluthochdruck, Arteriosklerose, Krampfadern, anderen Herzproblemen
- Yoga bei Beschwerden des Nervensystems: Multiple Sklerose, Parkinson, Schlaganfall, Altersdemenz
- Yoga für Behinderte
- Yoga im Rollstuhl
- Yoga mit Senioren
- Yoga Vidya Reihe für Menschen, die sich nicht selbständig hinlegen und aufstehen können.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Rücken-Yoga Lehrer/in

Teil 1: 6.-13.5.12 BM, Teil 2: 19.-26.8.12 BM

SL: Wolfgang Kessler (nur beide Teile zusammen möglich)

In dieser kompakten zweiwöchigen Ausbildung im Rückenyoga kannst du die Qualifikation zum/zur Rücken Yogalehrer/in erwerben. Voraussetzung ist eine Yogalehrer Ausbildung von mind. 400 Unterrichtseinheiten. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. 80 Prozent der Bevölkerung hat mindestens einmal im Jahr nennenswerte Rückenbeschwerden, viele davon sind chronisch. Die Nachfrage nach Bewegungsprogrammen zur Vorbeugung und zur Linderung bereits eingetretener Beschwerden ist groß. Bisher ist Rückenyoga noch deutlich unterrepräsentiert; nur wenige Unterrichtende sind fundiert darin ausgebildet. Als Yogalehrer/innen erschließt sich dir hier ein großer Markt und dein Engagement kann sehr vielen betroffenen Menschen und der Gesellschaft einen hohen gesundheitlichen Nutzen bringen.

Mit dieser Ausbildung gewinnst du Sicherheit im Umgang mit Rückenbeschwerden und kannst einen rückengerechten, anatomisch exakten, verantwortungsbewussten Gruppen- und Einzelunterricht zu dieser hoch aktuellen Thematik anbieten – eine u.a. auch an Volkshochschulen stark gefragte Qualifikation. Auch für andere spezielle Zielgruppen wie z.B. Yoga für Senioren, bietet diese Ausbildung eine fundierte Grundlage. Auch dein normaler Yogaunterricht wird davon profitieren.

Du lernst in Theorie und viel Praxis:

- die besonderen Merkmale und Beschwerden des Rückens
- Rückenyogastunden zur Vorbeugung, bei Beschwerden und für Senioren
- diese Kenntnisse in allgemeine Anfänger-, Mittelstufen-, Fortgeschrittenenstunden einfließen zu lassen
- Korrekturen und Hilfestellungen
- Einsatz von Yogahilfsmitteln
- Vertiefung und praktische Erfahrung durch gegenseitiges Unterrichten in Kleingruppen

Ausbildungsthemen (beide Wochen zusammen):

- Anatomische Grundlagen: Skelett, Muskulatur, Gelenke

- Anatomie der Bewegung: besonders Wirbelsäule, Becken, Beine und Schulter, Nacken
- Haltungsanalyse
- Beschwerdebilder: unterer Rücken, Becken, ISG
- Beschwerdebilder: oberer Rücken, Stress
- Beschwerdebilder: Skoliose, Beckenschiefstand, Gleitwirbel (Spondylolisthesis)
- Beschwerdebilder: Osteoporose, Arthrose, Gelenkerkrankungen
- Yoga für Senioren
- Aufbau von Yogastunden
- Asanas bei Rückenbeschwerden
- Asanas rückengerecht zur Vorbeugung
- Asanas exakt und rückengerecht für Anfänger und Mittelstufe/Fortgeschrittene
- Einsatz von Yogahilfsmitteln
- Korrekturen und Hilfestellungen
- Gegenseitiges Unterrichten und korrigieren
- Tipps zu Alltag und Sport bei Rückenbeschwerden

Ein Ausbildungshandbuch, ein Übungsanleitungsbuch und eine DVD sind Bestandteil der Ausbildungsunterlagen. 160 UE.



Zertifikat: „Rücken Yogalehrer/in BYV“, 560 UE (400 UE Yogalehrer-Ausbildung + 160 UE spezialisiert).
Ausbildungsgebühr für die gesamte Ausbildung (Teil 1 und Teil 2 zusammen):
 MZ 1.079 €; DZ 1.282 €; EZ 1.492 €; S/Z 918 €

Yoga für den Rücken

22.-27.1.12 NO	SL: Durga Devi Wallburger
27.-29.1.12 NO	SL: Durga Devi Wallburger
13.-15.4.12 BM	SL: Wolfgang Kessler
15.-17.6.12 WW	SL: Adriaan van Wagenveld
13.-15.7.12 WW	SL: Wolfgang Kessler
19.-21.10.12 BM	SL: Wolfgang Kessler

Rückengerechtes Yoga verlangt einerseits ein theoretisches Grundverständnis für das Problem und andererseits Einfühlungsvermögen. Beides wird durch das praktische Anwenden und Erlernen dieser Kenntnisse vermittelt:

- Die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenprobleme.
- Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden.
- Was fördert die Prävention und evtl. Besserung bzw. Heilung welcher Art von Rückenbeschwerden.
- Was ist in welcher Situation zu vermeiden.
- Aufbau einer Rückenstunde.
- Gezielter Muskelaufbau und Entwicklung von Muskelkraft.
- Dehnübungen zur Entspannung bestimmter Muskelgruppen.
- Eingehen auf die wichtigsten Problembilder: Bandscheibenvorfall, Hexenschuss, Verspannungen, Fehlstellungen der Wirbelsäule, Beschwerden in der Lendenwirbelsäule, Brustwirbelsäule, Halswirbelsäule.

22.-27.1.: MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €
 Wochenenden: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €;
 S/Z 133 €

Rücken-Hygiene: Gesunderhaltung, Vorbeugung, Regeneration

6.-9.4.12 BM, SL: Gauri Agulla Castro Eckhardt
 In 30 Jahren Yogapraxis und Unterrichten von Yoga hat Gauri eine innovative neue Technik entwickelt:

die Verbindung klassischer Yoga Asanas mit genauen anatomischen Korrekturen und Anpassungen. Mit ihrer riesigen Erfahrung aus verschiedenen Yogarichtungen und von Rückenspezialisten von Weltruf vermittelt sie kompetent und genau grundlegende Einsichten in die Wirkungsweise von Asanas auf den Rücken. Du lernst insbesondere:

- den Rücken im Alltag zu trainieren
- Rückenverletzungen zu vermeiden
- neue Gewohnheiten und Bewegungen zu entwickeln, um Rückenprobleme zu überwinden und ihnen vorzubeugen.

MZ 233 €; DZ 276 €; EZ 321 €; S/Z 198 €

Physioga – Yoga und Physiotherapie für den Rücken

1.-5.8.12 BM, SL: Maha Devi Deemter

Das Wort Yoga stammt aus dem Sanskrit und bedeutet "ins Joch spannen" oder "zusammenbinden". Was bindet Yoga zusammen? Sicherlich Körper, Geist und Seele. Aber auch den Menschen mit dem reinen Bewusstsein, mit Gott. Yoga und Physiotherapie verbinden und bereichern sich gegenseitig. In diesem Kurs lernst Du Krankheitsbilder klar zu befunden und daraus Deine Therapie zu entwickeln. Klare Strukturen zuschaffen und für Dich und Deinen Patienten jederzeit wissen was Du wann und warum tust. Wenn Du Dich sicher in den Strukturen bewegst, dann überträgt sich diese Sicherheit auch auf Deinen Patienten.

Inhalte:

- LWS: Red Flags
- Flexions-Extensionsprobleme, Gleitwirbel, Skoliose, Bechterew, Osteoporose, ISG
- Indikation- Kontraindikationen
- Übungsplan, Heimprogramm, Does-don'ts, Ernährung
- Hüfte Coxathrose, Tep, Perthes, OD, freier Gelenkkörper
- Kapselmuster, Dehntechniken Knie Meniscus, freier Gelenkkörper, Arthrose, Tep, muskuläre Affektionen, Sehnen- und Bänderverletzungen, Heilungszeiten
- Fuß OSG, Athrose, Sprunggelenksverletzung Fascitis Plantaris, Marschfraktur, Hallux valgus, Achillessehnenverletzung



- HWS: Bandscheibenvorfall, -vorwölbung, Arthrose, Schleudertrauma, Blockierung BWS Bechterew, Scheuermann, Fraktur, Osteoporose, Herzsensationen
- Schulter: Impingement, Supra-Infraspinatustendopathien, Bursitis, energetische Probleme Frakturen, Totalendoprothese
- Ellbogen: Loosebody, Epicondylus, Arthrose
- Hand: Instabilität, Arthrose, Fraktur, Heilungszeiten
- Indikationen/Kontraindikationen DSG, Tapetechnik

Ziel: Klare Strukturen zu schaffen und für dich und deinen Teilnehmer/Klienten jederzeit wissen, was du wann und warum tust.

MZ 290 €; DZ 348 €; EZ 408 €; S/Z 244 €

Rückenkursleiter/in Ausbildung

17.-26.2.12 BM, SL: Ramdas Weichert

Du lernst das kompetente Leiten/Moderieren eines Rückenkurses. Ausbildungsprogramm in Anlehnung an die Richtlinien der Konföderation der deutschen Rückenschule (KddR), zur Reduzierung von Rückenleiden. In deinem Rückenkurs kommt es darauf an:

- die Teilnehmer/innen über den Spaß an Bewegung zu motivieren und für rückenfreundliches Bewegungsverhalten zu sensibilisieren
- die physischen und psychosozialen Gesundheitsressourcen zu stärken. Damit kannst du z.B. Rückengymnastik im Yoga- oder Fitness-Studio anbieten.

MZ 713 €, DZ 844 €, EZ 979 €, S/Z 610 €.

Möglichkeit, sich zum Krankenkassen-anerkannten Rückenschullehrer weiter zu qualifizieren:

Rücken-Coach Ausbildung

17.-22.6.12 BM, SL: Ramdas Weichert

Aufbauend auf dem Kursleiter lernst du hier die kompetente Begleitung und Führung eines rückenorientierten Bewegungscoachings, Unterrichten und Beratungen für individuelle Rückentrainings oder die intensive Arbeit mit Kleinstgruppen.

MZ 421 €, DZ 493 €, EZ 568 €, S/Z 363 €

Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen

7.-9.9.12 BM, SL: Thomas Hellmig

Gerade bei Arthrose kann Yoga sehr viel helfen. Du lernst die Ursachen und das Krankheitsbild kennen, um so kompetent und einfühlsam deine Yogastunden auf Menschen mit diesen Beschwerden ausrichten zu können.

Von Arthrose können unterschiedliche Gelenke betroffen sein, die den Teilnehmer in seiner Beweglichkeit einschränken. Dies fordert eine hohe Flexibilität im Aufbau deiner Yogastunde, um auf alle Teilnehmer individuell eingehen zu können.

Du lernst besonders Asanas zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit sowie einen stufenweisen Aufbau der Asanas. Somit kannst du jeden Teilnehmer individuell fördern.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga bei MS (Multiple Sklerose)

17.-19.2.12 BM, SL: Brigitte Heitz

Yoga hat sich gerade bei MS sehr gut bewährt und ist eine der besten Methoden, das Fortschreiten der Krankheit aufzuhalten oder zu verlangsamen. Du lernst wichtige Grundlagen der Erkrankung und welche Übungen besonders hilfreich sind, um die Symptome von Multiple Sklerose, wie Gleichgewichtsstörung, Muskelschwäche, Ermüdung zu mildern.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga und Viszerale Osteopathie

24.-26.2.12, 26.-28.10.12 BM, SL: Anjana Mayr

Du bringst die Erfahrung als Yogalehrer/in mit oder bist vielleicht selbst Therapeut/in und suchst nach Anregungen, wie du deine eigene Asanapraxis vertiefen kannst? Oder du möchtest deine Kursteilnehmer noch effektiver anleiten können, wenn sie über Beschwerden/Schmerzen klagen, obwohl du schon verschiedenste Anpassungen ausprobiert hast?

Themen: funktionelle Beweglichkeit der Verdauungsorgane Magen, Dünndarm und Dickdarm aus dem Verständnis der Viszeralen Osteopathie • Wahrnehmung der spirituellen Bedeutung dieser Organe • Auflösen der Muster und Transformation durch organbezogene Affirmationen und potenzialorientierte Visualisierungen in den Asanas
MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Yoga und Viszerale Osteopathie – Aufbaukurs mit Vertiefung

28.10.–2.11.12 BM, SL: Anjana Mayr

Besondere Schwerpunkte werden sein: funktionelle Beweglichkeit der Organe Leber und Galle, Nieren und Blase sowie Herz aus dem Verständnis der Viszeralen Osteopathie • Wahrnehmung der spirituellen Bedeutung dieser Organe • Auflösen der Muster und Transformation durch organbezogene Affirmationen und potenzialorientierte Visualisierungen in den Asanas.
Teilnahmevoraussetzung: vorheriger Besuch des Wochenendes „Yoga und Viszerale Osteopathie“.
MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €

Yoga und Viszerale Osteopathie – Grundlagen, Aufbaukurs und Vertiefung

26.10.–2.11.12 BM, SL: Anjana Mayr

Dass die Bauchorgane sich völlig frei, wenn auch nicht unabhängig voneinander bewegen können, verdanken sie ihren Hüllen, die so etwas wie Gleitflächen für sie bilden. Derart bewegliche Gebilde

finden sich im Inneren von Bauch-, Becken- und Brustraum sowie in der Schädelhöhle. Jede pathologische Einwirkung zieht eine „Fixierung“ nach sich. Das betroffene Organ kann sich nicht länger frei in seiner Höhle bewegen, sondern ist stattdessen mit einer anderen Struktur verhaftet. Misslingt die Anpassung des Körpers an die neue Situation, entwickelt sich eine funktionelle Störung. Einschränkungen dieser natürlichen Beweglichkeit können Symptome an organfernen Bereichen verursachen.

Das Verstehen dieser Zusammenhänge gibt dir einen umfassenderen Blick für Korrekturen und macht dir Mut, kreativer mit Einschränkungen in den Asanas sowie Schmerzen und Steifigkeiten insbesondere im Rücken umzugehen.

Themen in diesem Kurs werden sein: funktionelle Beweglichkeit der Verdauungsorgane Magen, Dünndarm, Dickdarm und der Organe Leber und Galle, Nieren und Blase sowie Herz aus dem Verständnis der Viszeralen Osteopathie • Wahrnehmung der spirituellen Bedeutung dieser Organe • Auflösen der Muster und Transformation durch organbezogene Affirmationen und potenzialorientierte Visualisierungen in den Asanas.
MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Yogatherapie bei Kurzsichtigkeit

22.–24.6.12 BM, SL: Harilalji

Du lernst, was man bei Kurzsichtigkeit aus der yogischen Sicht tun kann:

Techniken, Fragen und Antworten aus der Yogatherapie • Prävention • Mantra Resonanz Technik, eine spezielle Entspannungstechnik aus der Yogatherapie, bei der man Schwingungen der Mantras nutzt, um positive Wirkungen auf Körper, Geist und Prana zu erzielen.

Kraftvolle Mantras werden laut und leise wiederholt, was den Übenden in tiefe Stille führt. Auch Menschen, denen es schwer fällt, sich zu entspannen, kommen zur Entspannung.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S 133 €



Yoga für bestimmte Zielgruppen

- 40 Yoga für Senioren
- 40 Senioren Yoga Übungsleiter/in
- 40 Rolli Yoga (Rollstuhl)
- 41 Hormon Yoga Basisseminar
- 41 Hormonyoga Intensiv
- 41 Hormon Yoga Lehrer/in
- 42 Bausteinausbildung zum/r Hormon Yoga Lehrer/in (BYV)
- 43 Männer Yoga - Wie unterrichtet man Männer
- 43 Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten
- 43 Lachyoga Übungsleiter/in
- 44 Yoga mit geistig behinderten Erwachsenen

Yoga für Senioren

2.-4.3.12 WW, 17.-19.8.12 NO, 7.-12.10.12 BM,
7.-9.10.12 BM, 30.11.-2.12.12 BM, SL: Kavita Pippon

Wie kannst du deinen Yogaunterricht mit Einfühlungsvermögen und Verständnis an die körperlichen, geistigen und seelischen Veränderungen des älteren Menschen anpassen? Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen kennen, um ältere Menschen auf die Asanas vorzubereiten. Im Vordergrund stehen dabei Bewegungsübungen und Asanas zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und das bewusste Erleben von An- und Entspannung. Im gegenseitigen Austausch erarbeiten wir Stundenkonzepte, um mit viel Liebe und Aufmerksamkeit die physische wie psychische Leistungsfähigkeit des älteren Menschen zu verbessern.

2.-4.3. MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €
17.-19.8.: MZ 171 €; DZ 208 €; EZ 247 €; S/Z 146 €
7.-12.10.: MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €
7.-9.10.: MZ 134 €; DZ 163 €; EZ 193 €; S/Z 111 €
30.11.-2.12.: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Senioren anzuleiten ist eine erfüllende Aufgabe, besonders auch für Menschen, die bereits beruflich mit älteren Menschen zu tun haben, etwa in der Altenpflege, in Seniorenheim, im betreuten Wohnen, Krankenhäusern usw., oder die selbst schon älter sind.

Themen und Inhalte:

- Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte, bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe.
- Du lernst diese Übungen korrekt auszuführen, seniorengerecht angepasst anleiten und korrigieren
- Besonderheiten beim Unterrichten von Senioren
- Übungen bei spezifischen altersbedingten Beschwerden und Gebrechen
- Yoga im Stuhl/Rollstuhl
- Einsatz von Hilfsmitteln, Vorsichtsmaßnahmen
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- Praktischer Yoga für Senioren
- Üben in Kleingruppen.

MZ 713 €; DZ 844 €; EZ 979 €; S/Z 610 €

Senioren Yoga Übungsleiter/in

13.-22.4.12 BM, 30.11.-9.12.12 BM, SL: Kavita Pippon



Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer, geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Yoga für ältere Menschen spezialisieren wollen.

Als Yoga Vidya ausgebildeter Yogalehrer wird Eini-
ges für dich Wiederholung sein. Yogakurse für

Rolli Yoga

14.-16.12.12 BM; SL: Martin König

Wie gebe ich Rollstuhl-Fahrern Yoga-Unterricht? Schwerpunkte sind neben dem eigentlichen Rollstuhl-Yoga:

- Krankheitslehre
- Warum sitzt jemand im Rollstuhl?
- Krankheitsbilder ausführlich und verständlich erklärt
- Welche gesundheitlichen Probleme haben Rollstuhlfahrer außerdem?
- Auf was muss ich als Lehrer achten (Schwerpunkte, Risiken)?
- Die Technik eines Rollstuhls
- Rollstuhl-Fahr-Praxis
- Übungen als Rollstuhlfahrer und Begleiter im Gebäude, auf dem Gelände, in Alltags-Situationen

Workshop mit Unterstützung von Frank Renz, Ausbilder und Rollstuhlfahrer, Mitarbeiter in einem Vitalzentrum/Sanitätshaus.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Hormon Yoga Basisseminar

20.-22.4.12 BM, 17.-19.8.12 BM

SL: Amba Popiel-Hoffmann und Shivapriya Große-Lohmann

Du möchtest Hormonyoga kennen lernen, um dein Wissen weiterzugeben und deine eigene Entwicklung voranzutreiben?

Du lernst, wie Hormonyogaübungen, angelehnt an die von Dinah Rodrigues entwickelte Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen.

Du kannst Frauen fundiert bei den klassischen Beschwerden beraten und Hormonyoga in deinen Yogaunterricht integrieren.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Hormonyoga Intensiv

29.6.-1.7.12 WW, SL: Amba Popiel-Hoffmann und Shivapriya Große-Lohmann

Du hast bereits Erfahrungen mit Hormonyoga auf der Grundlage der Yoga Vidya-Reihe gemacht. Du lernst hier besonders eine mögliche Kursstruktur zur Vermittlung von Hormonyoga: Elemente eines Hormonyoga-Kurses, einzelne Übungen und Variationen besonders im Hinblick auf ihre Funktionen bei Beschwerden, Anleitung von Hormonyoga-Stunden und -Kursen. So kannst du diese intensive Yogapraxis nach Dinah Rodrigues zur Aktivierung und Harmonisierung des weiblichen Hormonsystems und zur Entwicklung der weiblichen Persönlichkeit gezielt weiter geben.

Du hast die Chance, deine erworbenen Kenntnisse in Kleingruppen einzuüben. Gleichzeitig vertiefst du deine eigenen spirituellen Erfahrungen und Möglichkeiten, dieses Wissen zu vermitteln.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z/Womo 133 €

Hormon Yoga Lehrer/in

1.-8.7.12 BM, 12.-19.10.12 WW, SL: Shivapriya Große-Lohmann und Amba Popiel-Hoffmann



Mit Hormonyoga werden die körperlichen, geistig-seelischen und energetischen Beschwerden bei Veränderungen oder Störungen des Hormonsystems günstig beeinflusst. Z.B. steigen für Frauen die Chancen, schwanger zu werden. In den Wechseljahren werden die negativen Begleiterscheinungen gemildert und das spirituelle Entwicklungspotential wird zur Entfaltung gebracht. Auch Männer können mit Hormonyoga arbeiten.

In der Ausbildung lernst du insbesondere:

- die Aufgaben des Hormonsystems im Körper
- Veränderungen des Hormonsystems im Laufe des Lebens
- Verständnis des weiblichen und männlichen Körpers
- Yoga Vidya Hormonyoga-Reihe, die Übungen von Dinah Rodrigues integriert
- Übungen zu speziellen Themen wie Aktivierung des Unterleibs, Hüftöffnung, Abbau von Hitze-wallungen, Steigerung der Leistungsfähigkeit und des Selbstbewusstseins
- Atem- und Meditationstechniken
- Unterrichtspraxis in Kleingruppen: Ansagen der einzelnen Übungen, Übungsreihen, Kursaufbau und -struktur für Hormonyoga-Kurse und -Workshops



- Umgang mit den besonderen Herausforderungen, wenn Menschen große Entwicklungsschritte machen
- Potential hinter Begleiterscheinungen in den Wechseljahren und seine Nutzung für spirituelle Entwicklung und Lebensweisheit
- Den Wandlungsprozess auf körperlicher, geistig-seelischer und spiritueller Ebene erkennen, verstehen und positiv beeinflussen
- Kriyas und Shank Prakshalana

Als einzelne Weiterbildung (mit Teilnahmebescheinigung) oder als Pflichtbaustein für das Zertifikat „Hormon Yoga Lehrer (BYV)“.

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

Bausteinausbildung zum/r Hormon Yoga Lehrer/in (BYV)

Die Baustein-Ausbildung umfasst:

1) Teilnahmevoraussetzung:

- Yoga Vidya oder vergleichbare Yogalehrer Grundausbildung (400 UE).
- Hormon Yoga Basisseminar der Weiterbildung

2) Pflichtbaustein:

Hormon Yoga Lehrer Ausbildung Intensivwoche (80 UE, s. Seite 41)

3) Wahlbausteine (mind. 70 UE).

Du kannst dir aus den folgenden Seminaren deine Wahlbausteine selbst zusammenstellen, nach deinen persönlichen Schwerpunkten, Interessen und Terminplanung:

- Hormon Yoga Intensiv
- Yogalehrer-Weiterbildung

Chakra-Themenseminare:

- Muladhara und Swadhistana
- Swadhistana und Manipura
- Manipura und Anahata
- Anahata und Vishuddha
- Vishuddha und Ajna
- Chakra-Kur

- Prana Heilung mit Nalini
- Energietrainer
- Shank Prakshalana und Kriyas
- Yoga bei psychischen Problemen (s. Seite 78)

Bereits besuchte Seminare werden natürlich angerechnet. Bei Nachweis aller Bausteine und erfolgreicher praktischer Unterrichtsprobe erhältst du das Zertifikat „Hormon Yoga Lehrer/in (BYV)“ (mind. 550 UE).

Männer Yoga – Wie unterrichtet man Männer

16.-21.9.12 BM, SL: Ralf Sturm

Wie erreicht man Männer für Yogakurse? Warum wird Yoga heute oft eher von Frauen als von Männern praktiziert – wenn es traditionell doch ganz anders war?

Diese Weiterbildung vermittelt ein Gefühl für die maskulinen und femininen Energien im Yoga. Das ist sowohl im Unterricht hilfreich, als auch zur eigenen Entwicklung. Für Männer als auch Frauen, die ein Gefühl dafür entwickeln wollen wie man Männer erreicht und im Yoga begleitet.
MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten

1.-4.4.12 BM, 19.-24.8.12 NO, 30.12.12-2.1.13 BM
SL: Madhavi Fritscher

Lachen stimuliert das Immunsystem, lindert Schmerzen, wirkt sich positiv auf Stoffwechsel und Hormonsystem aus, baut Ängste und Depressionen ab.

Regelmäßiges Lachen verhilft zu einem gesunden, erholsamen Schlaf und verkürzt soziale Distanz. Lerne Lachübungen, die zur Lachmeditation führen. Außerdem arbeiten wir mit Yogaübungen, Mudras, Entspannungstechniken, Meditation und Humor. Du lernst Konzeption und Durchführung von Stunden, Kursen und Seminaren im Yoga-lachen.

1.-4.4.12, 30.12.12-2.1.13: MZ 201 €, DZ 245 €, EZ 290 €, S/Z 167 €

19.-24.8.12: MZ 352 €, DZ 439 €, EZ 529 €, S/Z 292 €

Lachyoga Übungsleiter/in

17.-22.2.12 BM, 18.-23.11.12 BM
SL: Madhavi Fritscher

Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer, geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die ihren Yogaunterricht mit Übungen aus dem Lachyoga bereichern wollen.

Du lernst:

- einfache Entspannungstechniken, Atemübungen und Mudras



- Koordinationsübungen und Meditationsformen
- Heilende Übungen, die in die eigene Mitte führen
- Humorvolle Übungen auf Yogabasis
- Lach- und Bewegungsübungen
- Neue wissenschaftliche Erkenntnisse und gesundheitliche Aspekte des Lachens
- Kurskonzepte.

Nach Abschluss dieser Ausbildung kannst du:

- Lachyoga-Techniken in deinen normalen Yogaunterricht einfließen lassen
- Lachyoga-Kurse anbieten
- Andere Kurse und Seminare mit gelegentlichen Lachyoga-Elementen auflockern.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Yoga mit geistig behinderten Erwachsenen

7.-9.12.12 BM, SL: Jyoti Maya Hartmann

Erwachsene Menschen mit geistigen Behinderungen sind sehr sensibel und auch ängstlich. Sie haben Defizite in der Motorik und in der Sprache. Du lernst wie du sie Schritt für Schritt zu den Asanas hinführst und wie du durch Hilfestellung Ängste abbaust, ihnen Selbstvertrauen und ein bewussteres Körpergefühl gibst.

Du lernst insbesondere:

- Vertrauen aufbauen zwischen den Behinderten und dem Kursleiter
- Sprachbarrieren überbrücken
- Aufbau und Gestaltung einer Yogastunde
- Einfache Übungsreihe/Yogaübungen mit Hilfsmitteln wie z.B. Stuhl
- welche Arten von Pranayama möglich sind
- wie du einfache Visualisierungen zur Entspannung einsetzt
- Stress-Situation in der Gruppe abbauen

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €



Hatha Yoga und Fitness

- 46 Pranayama
- 46 Unterrichten von fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga
- 46 Hatha Yoga Unterrichtstechniken
- 47 Unterrichten von Yoga für Fortgeschrittene
- 47 Neue Stellungen einführen
- 47 Neue Asanas unterrichten
- 47 Korrekturen lernen
- 47 Anfänger unterrichten
- 47 Die Biomechanik des Yoga
- 48 Asana Intensiv mit Narayani
- 48 Yoga Vidya Bodywork – Partner Asanas
- 48 Hanuman Yoga Fitness-Trainer
- 49 Surya Namaskar Instruktor/in
- 50 Yoga Personaltrainer Ausbildung
- 50 Yoga Nidra Weiterbildung
- 51 Yoga Nidra Aufbaukurs
- 51 Pawanamuktasana
- 52 Klangtherapie im Yogaunterricht
- 52 Energieschutz

Pranayama

1.-6.4.12 BM, 26.-31.8.12 BM, SL: Sukadev Bretz



Erweitere deine Pranayama-Kenntnisse und bereichere deine Yogastunden durch spezielle und hochwirksame Atemübungen. Lerne, die Atemübungen an die Bedürfnisse deiner Teilnehmer/innen anzupassen. Erfahre auch mehr über die yogatherapeutischen, energetischen, emotionalen, geistigen und spirituellen Wirkungen des Pranayama.

Inhalte u.a.:

- Atemübungen im Alltag
- Pranayama beim Gehen, Autofahren, bei Besprechungen
- Atemübungen für Transformation von Ärger und Lampenfieber
- Variationen von Kapalabhati, die weit über das in der Yogalehrer Ausbildung Gelernte hinausgehen
- Variationen der Wechselatmung
- Mudras und Bandhas, die auch im normalen Yoga Unterricht gelehrt werden können
- einfache und komplexere Variationen von Surya Bedha, Ujjayi, Bhramari, Sitali, Sitkari, Murcha und Plavini für den normalen Yogaunterricht
- Atemübungen bei Störungen von Vata, Pitta, Kapha
- Atemübungen bei Beschwerden des Atemsystems sowie neurologischen Störungen
- Unterrichten von Atem-Kursen und -Workshops

Diese Weiterbildung ergänzt die Yogalehrer und die Atemkursleiter Ausbildung, sowie die Weiterbildung „Unterrichten von Fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga“. Im Unterschied zur Ausbildung „Unterrichten von Fortgeschrittenem Pranayama“ können die hier gelehrt Atemübungen auch in den normalen Yoga Unterricht integriert werden. Im Unterschied zur Atemkursleiter Ausbildung steht hier das Fachliche (die Techniken) im Mittelpunkt.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Unterrichten von fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga

8.-13.07.12 BM, SL: Sukadev Bretz, Anja Birkner
Lerne Menschen in fortgeschrittenes Pranayama anzuleiten und Menschen durch Kundalini-Erweckungsenergie- und außergewöhnliche Bewusstseinsenerfahrungen zu begleiten.

Du übst:

- Bandhas, Samanu Konzentration, fortgeschrittenes Pranayama, energetisierendes und harmonisierendes Pranayama Sitali/Sitkari, zwei verschiedene Mudra Reihen, Ujjayi Meditation, andere Chakra Meditation
- Verwendung von Mantras (Bija-, Isth-Mantras)
- vorbereitendes Pranayama, erdende Übungen.
- Du lernst Pranayama anzuleiten für 3 Std-Workshops, mehrwöchige Kurse, regelmäßige offene Stunden, Wochenenden.
- Es werden Fragen behandelt wie „wer sollte fortgeschrittenes Pranayama überhaupt üben, wer sollte es nicht üben?“
- Risiken, Gefahren, positive Wirkungen und Möglichkeiten.

Teilnahmevoraussetzung: Abschluss der Yogalehrer- oder vergleichbarer Ausbildung, Vegetarier, nicht Rauchen, kein Alkohol, keine Drogen, regelmäßige Übung von Pranayama und Asanas. Meditation seit mindestens einem Jahr. Seminar schließt auch intensive eigene Praxis ein.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Hatha Yoga Unterrichtstechniken

29.7.-3.8.12 WW, SL: Uli Schuchart

26.-28.10.12 WW, SL: Hridaya Loosli

Wir wiederholen und vertiefen die Unterrichtstechniken des Hatha Yoga. Neben der korrekten Ausführung liegt der Schwerpunkt in der individuellen Korrektur und in Hilfestellungen die du bei deinen Schülern anwenden kannst, um sie tiefer in die Asanas hineinzuführen. Zeit für Fragen und Erfahrungsaustausch.

29.7.-3.8.: MZ 335 €, DZ 408 €, EZ 483 €, S/Z 278 €

26.-28.10.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Unterrichten von Yoga für Fortgeschrittene

24.-26.2.12 BM, SL: Daricha Zaremba

Fortgeschrittene Schüler wollen mehr gefordert und gefördert werden.

Nicht nur körperlich sondern auch energetisch können Stunden intensiver gemacht werden, um tiefe Erfahrungen zu ermöglichen.



Themen:

Wie biete ich meinen fortgeschrittenen Kursteilnehmern mehr Abwechslung? Wie plane ich Kurse und Übungsstunden für Fortgeschrittene? Wie unterrichte ich, wenn die Gruppe sehr gemischt ist? Wie korrigiere ich fortgeschrittene Asanas? Welche Asanas und Pranayamatechniken sind für wen geeignet? Wie motiviere ich meine Teilnehmer? Wie führe ich Yogaphilosophie als Praxis mit in die Übungsstunden ein?

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €.

Neue Stellungen einführen

29.6.-1.7.12 BM, SL: Thomas Hellmig

Mut zu Variationen! An diesem Wochenende lernst du Stellungen aus den 84 Grund-Asanas zu unterrichten, sie durch geeignete Vorübungen aufzubauen und harmonisch in die Yoga Vidya Grundreihe zu integrieren. Du erweiterst dein Repertoire und bekommst ein größeres Verständnis für die Zusammenhänge in deinem Körper.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €.

Neue Asanas unterrichten

18.-20.5.12 WW, SL: Hridaya Loosli

Du lernst die genaue Ansage, Ausführung, Korrektur und Wirkung vieler Asanas, die optimal in den Unterricht der Yoga Vidya-Reihe integriert werden können. Du übst in der Gruppe mit gegenseitigem Unterrichten der einzelnen Asanas.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €.

Korrekturen lernen

27.5.12-1.6.12 NO

Für alle Yogalehrer, die lernen wollen, mit den Schwierigkeiten ihrer Schüler besser umzugehen. Neueste Erkenntnisse über Anatomie und Physiologie fließen mit ein. Schärfe deinen „diagnostischen Blick“ für die Möglichkeiten (und Unmöglichkeiten) deiner Schüler.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €.

Anfänger unterrichten

9.-11.3.12 BM, SL: Rosemarie Lieblich

12.-14.10.12 WW; SL Hridaya Loosli

Viele Yogaschüler brauchen am Anfang mehr Zeit um ihren Körper zu mobilisieren, zu dehnen und zu kräftigen, um ihn für die Ausführung der Asanas vorzubereiten. In diesem Seminar lernst du eine große Vielzahl an Übungen die für Anfänger geeignet sind und deine Yogastunden variantenreicher gestalten.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €.

Die Biomechanik des Yoga

17.-19.8.12 BM, SL: Sibylle Dapp

Das Wissen der Biomechanik schenkt dir Unabhängigkeit von Nachschlagewerken, Souveränität und Sicherheit im Unterricht. Du bekommst ein tiefes Verständnis für die Anatomie der Bewegung. Deine anatomischen Kenntnisse werden intensiviert, aufgefrischt und vertieft. Beobachtung und Analyse verschiedenster Bewegungen, besonders auch der Bewegungen in den Asanas, ermöglichen dir einen differenzierten Blick auf die Bewegungs-

möglichkeiten und Gründe von Bewegungseinschränkungen deiner Kursteilnehmer. Dank dieses Verständnisses der Biomechanik kannst du exakte Korrekturen und Alternativen anbieten und deine Unterrichtsqualität anheben.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Asana Intensiv mit Narayani

18.-23.3.12 BM; 29.4.-4.5.12 WW, 9.-14.9.12 BM
SL: Narayani

Englisch mit deutscher Übersetzung

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Narayani ist die Co-Autorin des Buches „Yoga“. Sie ist heute noch flexibler als früher. Ihre Unterrichtsweise hat etwas fast magisches: Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.

MZ 435 €; DZ 508 €; EZ 583 €; S/Z 378 €

Yoga Vidya Bodywork – Partner Asanas

21.-26.10.12 BM, SL: Thomas Hellmig

Lerne, Yoga Vidya Bodywork Kurse zu unterrichten und mit Partner-Asanas Abwechslung in deinen Yogaunterricht zu bringen. Du bekommst insbesondere unschätzbare Tipps zum Unterrichten von fortgeschrittenen und langjährigen Teilnehmern,



die du so gezielt fordern und fördern kannst. Viel Praxis, verbunden mit der notwendigen Theorie aus Sportmedizin und Psychotherapie, so dass du gezielt auf besondere Erfahrungen eingehen kannst, da sich gerade in Partner Asanas auch auf der psychischen Ebene viel tun kann. Ohne größere Anstrengung machen Teilnehmer/innen mit Partner Asanas große Fortschritte in Flexibilität und lernen auch die fortgeschritteneren Asanas. Durch das entspannte, partnergestützte Verweilen in den Asanas können sich Blockaden lösen, die Chakras öffnen und tiefe spirituelle Erfahrungen werden möglich.

Du lernst u.a.:

- mehrwöchige Bodywork-Kurse aufzubauen
- das Offene-Stunden-Programm eines Yoga Centers oder eines Fitness-Centers um Yoga Vidya Bodywork-Stunden zu erweitern
- Teilnehmer gezielt auf fortgeschrittenere Stellungen hin zu trainieren

Darüber hinaus verbesserst du auch für deine „normalen“ Kurse dein Einfühlungsvermögen und dein Wissen um Hilfestellungen erheblich.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Hanuman Yoga Fitness-Trainer

8.-13.7.12 BM, SL: Andreas Heimburger

Willst du mit deinen Yogakursen besonders aktivere Menschen ansprechen, die stärker gefordert werden wollen? Besonders jüngere, fitnessorientierte Leute vermissen manchmal im Standardyoga die schweißtreibende Herausforderung und „maskuline“ Komponente. Auch im betrieblichen Gesundheitswesen wird dieser Aspekt des sportlichen Trainings immer wichtiger. Mit der von Sukadev entwickelten Hanuman Fitness Reihe bekommst du ein ideales Instrument für ein kraftvolles Training.

Lerne, die von Sukadev entwickelte Yoga Vidya Fitness Reihe systematisch anzuleiten. Du kannst sie anschließend im Rahmen deiner normalen Yoga-kurse anbieten, oder z.B. in Fitnessstudios, Business Yoga, im betrieblichen Alltag, spezielle fortgeschrittene Yogastunden usw.



Die Hanuman Fitness Reihe berücksichtigt alle Aspekte des sportlichen Trainings:

- Pulsgesteuerte flotte Sonnengebete für das Herz-Kreislauftraining
- Variationen von Surya Namaskar und Navasana für Kraft-Training aller wichtigen Muskelpartien
- Klassische Asanas für Flexibilität und Koordination
- Tiefenentspannung

So kannst du Kurse anleiten, in denen Teilnehmer/innen innerhalb einer Stunde alle Systeme des Körpers trainieren – das effektivste Training der Welt! Und da Yoga immer auch feinstofflich wirkt, fühlen sich die Teilnehmer anschließend aufgeladen und voller Kraft, Kreativität und Inspiration.

Inhalte:

- Sportmedizinische Grundlagen: Muskelphysiologie, Stoffwechsel
- Trainingslehre: Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft-, Koordinations-, Entspannungstraining. Optimaler Trainingsreiz, Regenerationszeit, wozu ist jede Trainingsform gut, welche Gefahren gibt es?
- Unterrichtsdidaktik: Wie baust du eine Yoga Fitness-Kursreihe auf, wie korrigiert man die Teilnehmer, was gilt es zu beachten.
- Praxis in Kleingruppen.

Teilnahmevoraussetzung: Yogalehrer Ausbildung Prüfung/Zertifikat: Praktische Unterrichtsproben im Rahmen der Ausbildung; „Hanuman Yoga Fitness Trainer/in (BYV), ca. 60 UE MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Surya Namaskar Instruktor/in

25.3.-1.4.12 BM, SL: Andreas Heimburger

Für Trainer/innen und Instruktoren. Kraft und Ausdauer in fließenden, dynamischen Bewegungen für Gruppenkurse.

Eigenständige Ausbildung für Fitness und Sport-Trainer/innen und Instruktoren. Geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer*, die besonders den Sonnengruß in allen Variationen unter dem Aspekt des sportlichen Kraft- und Ausdauertrainings kennen lernen und so ihr Kursangebot bereichern oder erweitern wollen. Führe Sportler damit zur Leistungssteigerung, erhöhe ihre Ausdauer und kräftige die gesamte Muskulatur. Führe sie mit fließenden Bewegungen in die Dehnung. Als Trainer erlernst du hier die Techniken und viele Variationen, um ein hochinteressantes und abwechslungsreiches Kurs-

programm anbieten zu können. Du unterscheidest dich mit deinem Kursangebot damit deutlich von den üblichen und bekannten Angeboten.

Du erhältst Kenntnisse über die Wirkungsweise der Übungen, sportanatomische Aspekte, Atemtechniken. Nach diesem Seminar wirst du in der Lage sein, genaue Instruktionen für diese Übungsreihen zu geben. Neben deiner Lizenz als Surya Namaskar Instruktor machst du selbst die Erfahrung von tiefer, innerer Zufriedenheit und Entspannung in einem Yoga-Seminarhaus. Dein Körper wird sich geschmeidiger und fester zugleich anfühlen. Als Yogalehrer kannst du den sportlichen Aspekt des Yoga und insbesondere des Sonnengrußes in zahlreichen Variationen vertiefen.

Du kannst:

- Spezielle Sonnengruß-Fitness-Kurse anbieten
- Kurse für Krafttraining, Flexibilitäts- und Konditionstraining erarbeiten und anbieten
- Fortgeschrittenen Schülern neue Herausforderungen geben
- Fortgeschrittenen-Kurse bereichern

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

* Als ausgebildeter Yogalehrer (BYV) ist einiges für dich Wiederholung; du erhältst aber viele zusätzliche und weiterführende Informationen und Anregungen.



diese Zielgruppe anzusprechen, Trainingslehre und ihre Umsetzung mit Yoga, Erstellen von Übungsplänen, Marketing/PR zur Gewinnung von Interessenten, rechtliche Aspekte, Fallbeispiele, Simulationen, Workshops.

MZ 567 €, DZ 668 €, EZ 773 €, S/Z 486 €

Yoga Personaltrainer Ausbildung

22.-29.7.12 BM, SL: Uli Schuchart

Die Ausbildung befähigt dich, im klassischen Personaltraining aktiv zu werden. Statt mit Hanteln und Stoppuhr arbeitest du mit den Instrumenten des Yoga und Ayurveda.

Du lernst, die richtige Methode für die individuelle Konstitution zu entwickeln und mit Yoga Entspannung oder Therapie, Kraft- oder Ausdauertraining anzubieten. Mit den ayurvedischen Grundkenntnissen kannst du in jeder Situation die richtige Methode für deinen Teilnehmer finden. Manager und Künstler sind bereit, ein individuelles Programm entsprechend zu honorieren – und Yoga ist hier gefragt! In der Ausbildung lernst du auch,

Yoga Nidra Weiterbildung

8.-15.4.12 BM, 17.-24.8.12 BM, SL: Dr. Nalini Sahay
Englisch mit deutscher Übersetzung

Du lernst, die Yoga Nidra-Tiefenentspannungen nach Swami Satyananda erfolgreich an deine Schüler weiterzugeben. Yoga Nidra, der „psychische und dynamische Schlaf“ stammt aus dem Tantra.

Für die Unterrichtspraxis schulst du dein Bewusstsein durch Übungen und Gesprächskreise und lernst selbst mühelos Entspannung auf mentaler, spiritueller und emotionaler Ebene zu erfahren. Nach der Ausbildung wirst du dich mehr mit deinem wahren Wesen verbunden fühlen und zu mehr inneren Ausgewogenheit gefunden haben.

Unterrichtsinhalte:

- Yoga Nidra Entspannungstechniken: Aufbau, Erklärungen, Anleitungen, praktische Übungen für die Unterrichtspraxis
- Wie arbeitet Yoga Nidra auf der yogischen und wissenschaftliche Ebene?
- Wie hält man das Bewusst sein voll aufrecht?
- Wie kannst du deine Ausrichtung schärfen und dich besser konzentrieren?
- Tiefe Verbundenheit mit sich selbst und den Mitmenschen.
- Wie hält man den erarbeiteten Energielevel?

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

Yoga Nidra Aufbaukurs

2.-9.9.12 BM, SL: Dr. Nalini Sahay

Englisch mit deutscher Übersetzung

In diesem Intensivseminar lernst du als Yogalehrer Yoga Nidra mit detaillierten Erklärungen, so dass du dieses uralte komplexe yogische Entspannungs- und Meditationssystem noch klarer verstehst. Um diese Praktiken selbst später kompetent weiter geben zu können, lernst du in Praxis und Gespräch/Vortrag/Austausch, vollkommen achtsam und entspannt zu sein.

Inhalte u.a.: Wirkungen von Yoga Nidra. Nyasa. Antar Mouna. Fokussierung und Konzentration. Detaillierte Visualisierungen von Symbolen, Chidakasha Dharana Praxis. Für Yogalehrer, die fortgeschrittene Yoga Nidra-Schüler unterrichten wollen.

Teilnahmevoraussetzung: mind. 7-tägiger Yoga Nidra-Grundkurs.

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

Pawanamuktasana

9.-14.9.12 NO, SL: Dr. Nalini Sahay

Englisch mit deutscher Übersetzung

Lerne Pawanmuktasana anzuleiten und in deinen Yogaunterricht einzubauen. Pawanamuktasana sind spezielle Übungsreihen, die von Swami Satyananda, einem der ältesten und berühmtesten Schüler von Swami Sivananda und Gründer der „Bihar School of Yoga“, entwickelt wurden.

Sie umfassen drei Asanagruppen:

1. Anti-rheumatische Übungen
2. Übungen für Verdauung und Unterleib
3. Übungen gegen Energieblockaden

Die Pawanmuktasana Reihe

- ist sehr wirkungsvoll bei gesundheitlichen Problemen und bei der Regeneration.
- stellt die perfekte Koordination zwischen verschiedenen Körperfunktionen (wieder) her.
- Blockaden, die den freien Fluss von Prana in Körper und Geist verhindern, werden entfernt.
- Die Gelenke im Körper werden gelockert
- besonders hilfreich sind die Übungen bei Arthritis, Rheuma und Herzproblemen.
- Probleme mit Übersäuerung, Appetitlosigkeit, Verdauungsstörung, Diabetes und Krampfadern werden verringert oder überwunden.
- Stärkung des Verdauungssystems.
- Der Energiefluss im Körper verbessert sich besonders im Beckenbereich.
- Pawanamuktasanas sind auch Meditationsübungen, da die Asanas geistig visualisiert, Atem und Bewusstsein synchronisiert werden.

MZ 355 €; DZ 428 €; EZ 503 €; S/Z 298 €



Klangtherapie im Yogaunterricht

3.-5.2.12 BM, 19.-24.8.12 BM, SL: Heinz Pauly

7.-9.12. BM: SL: Vani Devi Beldzik

Du möchtest Klangschalen und/oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen? Hier lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst.

Mit den Klängen kannst du deine TeilnehmerInnen noch leichter in die Tiefenentspannung oder Meditation führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs auch gezielt in den Asanas und beim Sonnengruß einzusetzen. Klangyoga, auch Nada Yoga genannt, hat eine lange Tradition. Klangyogastunden sind bei Kursteilnehmern/innen sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.

Zusätzlich im intensiven Wochenseminar:

Ein Klangmassagen Workshop vermittelt dir einen konkreten Einblick in die ganzheitliche und therapeutische Wirkung der Klangmedien auf den Menschen. Du lernst auch Klangmeditationen und Klangreisen zu gestalten.

3.-5.2., 7.-9.12.: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €;
S/Z 133 €

19.-24.8.12: MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €;
S/Z 278 €

Energieschutz

9.-11.3.12 BM, SL: Daricha Zaremba

Menschen brauchen heute mehr denn je Energie – für die vielfältigen Herausforderungen des Alltags in Beruf, Familie, Gesellschaft; für mehr Lebensfreude und Tatkraft, um persönliche und berufliche Ziele umsetzen zu können. Der integrale Yoga bietet eine Fülle von speziellen Techniken um deinen Energiehaushalt zu kultivieren und einen wirksamen Schutz vor Energieverlusten aufzubauen.

Du lernst viel über den Energiekörper und Energieübungen, deinen Yogaunterricht nach energetischen Aspekten zu gestalten und wie mit einfachen Techniken die Positivität deiner Teilnehmer im Alltag aufrecht erhalten werden kann.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S 133 €



Spirituelle und persönliche Entwicklung

- 54 Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev
- 54 Mantras als Kraftquelle für Yogastunden
- 54 Meditationslehrausbildung
- 55 Meditative Tiefe in den Yogaunterricht bringen
- 55 Ayurveda Meditationstechniken
- 55 Sanskrit Intensiv-Woche mit Swami Atma
- 56 Sadhana Intensiv – Fortgeschrittene Praxis für den erfahrenen Übenden
- 56 Mudra-Yoga
- 56 Dhyana Yoga
- 57 Fortgeschrittene Yogalehrer-Ausbildungswoche
- 57 Pranaheilung – Grundkurs
- 58 Energietrainer Ausbildung

Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev

1.-6.1.12 BM, 23.-28.9.12 BM, SL Sukadev Bretz

Sukadev gibt in diesem Seminar all denen, die mit einem Mantra meditieren, wertvolle Hinweise und Techniken, um ihre Meditation tiefer und machtvoller werden zu lassen. Gerade wer schon viele Monate oder Jahre mit einem Mantra arbeitet, braucht neue Anleitung und Tipps, um weiter zu kommen.

Täglich mindestens 3 Stunden Mantrameditation in Verbindung mit geistiger Mantrawiederholung während der Yogastunden, Spaziergänge etc. öffnet den Kilaka, so dass die Mantra-Shakti erwachen kann. Es ist hilfreich (aber nicht erforderlich), nach dieser Woche eine oder zwei weitere Wochen im Ashram zu bleiben, um individuell mit dem Mantra tief meditieren zu können und vielleicht sogar eine Puruschcharana, das klassische Ritual zur Mantras-Shakti-Aktivierung unter Anleitung von Sukadev durchzuführen.

MZ 325 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Spirituelle Lebensberatung

3.-10.8.12 BM, SL: Sukadev Bretz

Beschreibung siehe Seite 77



Mantras als Kraftquelle für Yogastunden

20.-22.7.12 BM, SL: Sundaram



Sundaram, ein Meister der Musik, inspiriert dich, wie du Mantras und Bhajans in deinen Yogaunterricht integrieren und deine eigene Yoga-Praxis mit der klaren Schönheit der Mantras und Bhajans bereichern kannst.

Mantras helfen, die Asanas entspannt und mühelos zu halten. Meditative Yogastunden mit Mantrabegleitung sind bei Fortgeschrittenen sehr beliebt und können zwischendurch für deine Schüler eine besonders schöne Erfahrung sein.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Meditationslehrausbildung

Dieses Seminar wird erst im Sommer 2013 wieder angeboten.

Wichtig: Du solltest bis dahin die dafür nötigen Bausteine schon absolviert haben (s. Teilnahmevoraussetzung weiter unten)

Lerne, Menschen nicht nur in die Meditation einzuführen, sondern sie auch auf dem spirituellen Weg zu beraten und zu begleiten. Ein Meditationslehrer ist mehr als nur ein Kursleiter. Im Gegensatz zum Meditationskursleiter vermittelt er nicht nur Techniken, sondern gibt auch Anweisungen und hilft dem Schüler, auf dem Entwicklungsweg voran zu schreiten.

Teilnahmevoraussetzung:

- Abschluss der 2-jährigen Yoga Vidya YLA,
- der Meditationskurseleiter Ausbildung,
- der Mantra-Intensiv-Woche und
- der Spirituellen Lebensberater Ausbildung (oder Ausbildung zum psychologischen Yogatherapeuten).
- Tägliche Meditationspraxis seit mind. 2 Jahren.
- Du fühlst dich als Schüler in der Tradition von Swami Sivananda und Swami Vishnu-devananda.

MZ 1.079 €; DZ 1.282 €; EZ 1.492 €; S/Z 918 €

Meditative Tiefe in den Yogaunterricht bringen

15.-20.7.12 BM, SL: Adriaan van Wagenveld



Wie kannst du über die Asanas Menschen spirituell berühren, sie tiefe Entspannung und Meditation in den Asanas erfahren lassen?

Neben der eigenen Erfahrung von tiefer Meditation in den Asanas lernst du Aufbau und Ablauf einer meditativen Yogastunde. Du lernst, die Stellungen so anzusagen, dass die Schüler sie lange halten können. Du lernst zu erkennen, wo sich deine Schüler während der Stunde geistig befinden und deine Ansagen darauf auszurichten. Ansatz sind dabei die Koshas, deren Erfahren und Transzendieren in den Stellungen. Du hast viel Gelegenheit, das Gelernte in Kleingruppen auszuprobieren. Das Feedback hilft dir, noch zielgerichteter anzusagen.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €

Ayurveda Meditationstechniken

27.-29.4.12 BM, SL: Leela Mata

Englisch mit deutscher Übersetzung



Meditation ist die höchste aller Yoga-Praktiken. Meditation ist mehr als nur Schließen der Augen und ruhiges Sitzen: Sie bedingt Harmonie in Körper, Geist, Sinnen und Prana (Lebensenergie).

Vorbereitungen und Hilfen für die Meditation:

- Mantra, Yantra und Ritual
- Meditationstechniken für bestimmte Doshas
- Kräuter, Ernährung und Lebensstil für mehr Sattwa und Tiefe der Meditation

Viele praktische hochwirksame spezielle Meditationstechniken angeleitet von Leela Mata.

MZ 176 €; DZ 205 €; EZ 235 €; S 153 €

Sanskrit Intensiv-Woche mit Swami Atma

19.-24.8.12 WW

SL: Swami Atma Swaruparamananda

Englisch mit deutscher Übersetzung

Ein von Swami Atma entwickelter Kurs, um schnell und mit viel Spaß innerhalb einer Woche fließend Sanskrit lesen und schreiben zu lernen. Der perfekte Kurs, um die Aussprache der Mantras zu vervollkommen.

Mit umfangreichem Hand- und Übungsbuch. Swami Atma wird auch zu indischen Ritualen, insbesondere Puja, Anleitung geben, und einige seiner phantastischen Yoga-Stunden geben.

MZ 335 €; DZ 408 €; EZ 483 €; S/Z 278 €



Sadhana Intensiv – Fortgeschrittene Praxis für den erfahrenen Übenden

15.–29.6.12 BM, SL: Sukadev Bretz

Ein speziell von Swami Vishnu-devananda zusammen gestelltes, von Sukadev angepasstes Hatha-Yoga-Intensivprogramm für Energie-Erweckung, spirituelle Entwicklung und Entfaltung deiner geistigen Fähigkeiten.

Intensives Praktizieren von Pranayama, Mudras und Bandhas, zusammen mit Asanas, Mantra-Singen und Meditation.

Die Teilnehmer erhalten Anleitung zum individuellen Praktizieren. Täglich 2–4 Pranayama Sitzungen von jeweils 1–3 Stunden plus täglich 2 Asana-Sitzungen plus 2 Satsangs am Tag. Studium einer der klassischen Hatha Yoga Schriften. Individuelle Führung.

Den Teilnehmern an diesem Kurs wird eine spezielle Hatha Yoga Intensiv-Diät angeboten. Eine einzigartige Erfahrung, die dich auf deinem spirituellen Weg ein gutes Stück weiter bringt.

MZ 804 €, DZ 1.007 €, EZ 1.217 €, S/Z 643 €

Mudra-Yoga

4.–6.5.12 BM, SL: Gauri Neidig

Mudras, ausgefeilte Handhaltungen des „kleinen Fingeryoga“ unterstützen deine tägliche Yogapraxis, sind leicht auszuführen, fördern die Konzentration, den Pranafluss, helfen bei Nervosität und Schlafstörungen.

Es gibt Mudras bei Kreislaufbeschwerden, Allergien, Rückenschmerzen, gegen Müdigkeit, Traurigkeit oder einfach für einen freudigen, liebevollen Geist. Wenn du deine Mudras in der Meditation verwendest, wirst du tiefer in die Stille eintauchen und schnell Fortschritte in der Meditation und auf deinem spirituellen Weg machen.

Mudrayoga macht einfach Spaß und wenn du es erst einmal in deine Yogapraxis integriert hast, wirst du dich fragen, wie du jemals ohne diese kleinen Fingerübungen sein konntest.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Dhyana Yoga

25.–30.11.12 BM, SL: Leela Mata

Englisch mit deutscher Übersetzung

Eine seltene Gelegenheit, von einer erfahrenen Yogameisterin mit großer spiritueller Ausstrahlung zu neuen Erfahrungen und Entwicklung deines spirituellen Sadhanas geführt zu werden. Über Dhyana, tiefe Absorption und Meditation, verbindest du dich mit deinem Höheren Selbst. Lasse das Leben zu einem Fluss der Inspiration werden, der alle Zweifel, Ablenkungen und Sorgen wegspült. Dhyana, Meditation auf das universelle Licht und Klang verbrennen innere Blockaden und Unreinheiten und bringen den Geist zur Ruhe. Leela Mata begleitet dich mit speziellen Tipps und Anleitungen aus ihrem eigenen immensen Erfahrungsschatz.

Du lernst und übst insbesondere:

- Asanas zur Entwicklung von Stabilität und Leichtigkeit in der Meditationshaltung
- Pranayama, Bandhas und Mudras für freien Fluss des Prana und Nadi-Reinigung
- bewusstseinsweiternde Meditation.

MZ 385 €; DZ 458 €; EZ 533 €; S/Z 328 €

Fortgeschrittene Yogalehrer- Ausbildungswoche

30.9.-5.10.12 NO, SL: Keshava Schütz

In dieser Intensiv-Woche vertiefen wir unser Wissen in vier Yogawegen: Bhakti- und Jnana-Yoga durch eine intensive Auseinandersetzung mit dem 2. Kapitel der Bhagavad Gita und einem Puja-Lernseminar. Hatha Yoga durch tägliches fortgeschrittenes Üben sowie Praktizieren der Kundalini Yoga Mittelstufe. Raja Yoga intensivieren wir durch Studium, Interpretation und Diskussion der Kapitel 2 (Sadhana) und 3 (Vibhuti) des Raja Yoga Sutra von Patanjali. MZ 320 €; DZ 390 €; EZ 460 €; S/Z 265 €

Pranaheilung – Grundkurs

24.-31.8.12 BM, SL: Dr. Nalini Sahay

Englisch mit deutscher Übersetzung

Aufbauend auf den Lehren von Swami Sivananda und Swami Satyananda hat Dr. Nalini Sahay ein System der Prana-Heilung entwickelt, mit dem Menschen mit wenig Aufwand Energieblockaden abbauen, Chakras öffnen und das Prana zum Fließen bringen können.

Du lernst in dieser Ausbildung:

- deine eigenen Energien zu harmonisieren und damit die verschiedenen Ebenen deines Wesens zu heilen, so dass die Energie durch dich fließen kann.
- Prana-Heil-Übungen kompetent zu vermitteln.
- Anderen Prana Heilenergie zu übertragen.

Eine Ausbildung, die für Yogalehrer/innen, Heilpraktiker, Sozialarbeitern, Psychotherapeuten, Krankenschwestern und alle, welche Menschen mit Problemen helfen wollen, sehr wertvolle, einfach anzuwendende Techniken gibt.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Pranayama

1.-6.4.12 BM, 26.-31.8.12 BM, SL: Sukadev Bretz
(s. Seite 46)

YOGA -KONGRESS

16.-18.11.12

Chakra, Tantra, Kundalini

Energie-Erfahrung und spirituelles Bewusstsein

Kundalini – ein magisches Zauberwort von großer Faszination! Die beste Gelegenheit, dieses spannende Thema gründlich zu erforschen, kennen zu lernen und zu vertiefen. Wie kannst du die Kundalini-Kraft für deine Persönlichkeitsentwicklung und Erweiterung deines Bewusstseins wecken und lenken?

Mit namhaften Kundalini- und Yogaexperten. Wie immer erwartet dich eine optimale Mischung aus fundierter Theorie und vielseitiger Praxis mit Vorträgen, Workshops, Meditationen, Themen-Yogastunden. Über 60 Referenten, Wissenschaftler und Yogalehrer. Sonderbroschüre ab Mitte Mai erhältlich, bitte anfordern!

MZ 166 €; DZ 195 €; EZ 225 €; S/Z 143 €



Unterrichten von fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga

8.-13.07.12 BM

SL: Sukadev Bretz und Anja Birkner

(s. Seite 46)

Energetrainer Ausbildung

9.-14.9.12 BM, SL: Daricha Zarembo

Effektive Energietechniken aus dem Hatha-, Kundalini- und Raja Yoga für mehr Energie und Tatkraft.

Lerne, Energietraining- und Energiemanagement-Kurse aufzubauen und durchzuführen.

Als Yogalehrer wirst du einige Überschneidungen mit der Yogalehrer-Ausbildung feststellen. Der Kurs geht aber erheblich über das in der Ausbildung Gelernte hinaus. Du vertiefst dein theoretisches und praktisches Wissen über die Wirkungen und Funktionsweise von Atem- und Pranalenkungs-Übungen und erwirbst dir Spezialwissen, insbesondere im Anleiten von Energie-Meditationen, Aufladeübungen, gezielter Aktivierung der Chakras. So kannst du deinen bisherigen Yoga Unterricht bereichern, neue Unterrichtserfahrung erwerben und dein Kursangebot erweitern.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €



Erweiterte berufliche Kompetenz

- 60 Gründungsseminar für Yogalehrer und Gesundheitsberufe
- 60 Spiritualität und Geld
- 60 Spirituelle Coaching Ausbildung
- 60 Schauspieltraining für Yogis
- 60 HighTech Yoga
- 61 Business Yogalehrer/in Ausbildung im Bausteinsystem
- 62 Business Yoga Basisseminar
- 62 Business Yoga Intensiv E
- 63 Business Yoga Intensiv G
- 63 Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter
- 63 Business Yoga Kongress
- 64 Stimm- und Sprechtraining Kursleiterausbildung
- 64 Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer
- 64 Ayur-Yoga Ausbildung

Gründungsseminar für Yogalehrer und Gesundheitsberufe

12.-14.10.12 BM, SL: Ute Gerhardt



Informiere dich über alle Aspekte einer Existenzgründung. In diesem Seminar wird insbesondere auf die rechtlichen Gegebenheiten der Gesundheitsberufe eingegangen, was bei normalen Existenzgründungsseminaren meist nicht der Fall ist. So kannst du anschließend die ersten Schritte in die Selbstständigkeit sicher gehen.

Weitere Themen: Gründungen im Team • Gründungen aus der Arbeitslosigkeit • Standort • Formalitäten • Miet- und Pachtverträge • Konzepterstellung • Rentabilitätsvorschau • Beratungsförderungen • Marketing • Werbung.

Auch wenn dich normalerweise die betriebswirtschaftlichen Aspekte weniger interessieren, wird es dir sehr nützlich sein, mehr darüber zu erfahren und deine Möglichkeiten im Geschäftsleben besser zu kennen. Mit schriftlicher Dokumentation und Erarbeitung eines Kurzkonzeptes. Staatliche Förderungsmittel. Zusätzlich Möglichkeit zur Einzelberatung und gezielten Erarbeitung eines Konzepts mit der Kursleiterin.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Spiritualität und Geld

4.-6.5.12 BM, SL: Mirijana Gieron-Hix

Yogis, spirituelle Menschen, haben oft bewusst oder unbewusst die Einstellung, Geld oder sich mit Geld zu beschäftigen sei „unspirituell“.

Hier kannst du deine Einstellung gegenüber Fülle verändern: Fülle lieben und leben • Geld als Energieträger anerkennen und wertschätzen • Alte Muster und Gelöbnisse auflösen • Durchführung eines Rituals für Fülle • Fülle in jeder Lebenslage erzeugen. Als Folge kann sich Erfolg auf allen Ebenen manifestieren.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Spirituelle Coaching Ausbildung

25.3.-1.4.12 BM, SL: Susanne Sirringhaus

Lerne, Menschen als Coach mit Hilfe verschiedener Coaching-Techniken wirkungsvoll zu beraten, zu begleiten und zu unterstützen, ein erfolgreiches Leben zu führen, ihnen neue Perspektiven zu eröffnen.

MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

Schauspieltraining für Yogis

9.-11.11.12 BM, SL: Gauri Neidig

Um Yoga in die Welt zu tragen und die Menschen dafür zu begeistern, musst du frei sein von Schüchternheit und deine eigene Begeisterung dafür offen zeigen können. Daher hatte Swami Vishnu-devananda die Talentshows ins Yogaleben integriert. Diese Tradition soll „Schauspieltraining für Yogis“ unterstützen. U.a.: Asanas zu Tanzmusik, Atem-, Stimmtraining, Theaterstück aufführen, Lachyoga. Ein fröhliches Selbstbewusstsein ist für alle Menschen mit helfenden und heilenden Berufen wichtig.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

HighTech Yoga

16.-18.3.12 NO, 14.-16.9.12 BM

SL: Dr. Hans Kugler, Punito Michael Aisenpreis

HighTech-Yoga will die Wirkungen des Yoga mit Hilfe modernster Technik verdeutlichen. Indikatoren wie Herzratenvariabilität, Puls, Sauerstoffkonzentration, Hautleitwert etc. geben Aufschluss über die erreichte Wirkungstiefe.

Durch Biofeedback können sie die Praxis vertiefen oder für Vertreter des Gesundheitsmanagements Yoga-Wirkungen objektivieren. HighTech-Yoga ist auch für Yogalehrer zunehmend interessant, um Brücken zwischen der Welt des Business und der Welt des Yoga zu bauen.

MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Business Yogalehrer/in

Ausbildung im Bausteinsystem

Wenn du dich besonders auf das Unterrichten von Yoga in Unternehmen spezialisieren willst, kannst du durch den Besuch mehrerer Business Yoga Pflicht- und Wahlbausteine die Zusatzqualifikation „Business Yogalehrer BYV“ erwerben. Diese Ausbildung umfasst mindestens 550 Unterrichtseinheiten und setzt sich zusammen aus:

1. Abgeschlossene Yogalehrer Ausbildung

(Yoga Vidya 4 Wochen-Intensiv, 2-Jahres-, 3-Jahres oder andere Yogalehrer-Ausbildung mit mind. 400 UE. Sie zählt mit 400 UE. (Yogalehrer andere Traditionen mit kürzerer Ausbildung: auf Anfrage.)

2. Fünf Pflichtbausteinen (ca. 96 UE):

- a) Einstiegs-/Orientierungsseminar „Business Yoga Basisseminar“ (s. Seite 63). 20 UE. BM
- b) Die Welt des Business und Brücken zum Yoga 18 UE. MU*



- c) Yoga in Unternehmen positionieren und vermarkten. 18 UE. MU*
- d) Yoga Vidya Grundreihe für Business Yoga anpassen. 18 UE. MU*
- b)–d) *alternativ als 7-Tage Intensivwoche in Bad Meinberg: Business Yoga – Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E (s.S. 63) 80 UE. BM*
- e) Business Yoga Abschluss-Wochenende mit Prüfung und Zertifikatsübergabe. 22 UE. BM

3. Drei frei wählbaren Bausteinen

aus folgenden Seminaren (mind. 54 UE):

- a) Business Yoga Asanas: Anatomie und Korrekturen. 18 UE MU*
- b) Kreatives Stress- und Selbstmanagement mit Business Yoga. 18 UE. MU*
- c) Yoga für Psychosoziale Gesundheit. 20 UE. MU*
- a)–c) *alternativ als 7-Tage Intensivwoche in Bad Meinberg: Business Yoga – Intensiv G 80 UE. BM (s. Seite 64)*
- d) Yoga für erfolgreiche (Geschäfts-)Beziehungen. 18 UE. MU*
- e) Business Yoga Praxisseminar 18 UE. MU*
- f) Erfolg im Leben und Selbstverwirklichung. 22 UE. BM
- g) Yoga bei Burnout. 22 UE. BM
- h) Yoga für Mobbing-Opfer 22 UE. BM
- i) Business Yoga Kongress. 22 UE. BM (s. Seite 63)

*München-Unterhaching



Die Pflicht- und einzelne Wahlbausteine kannst du entweder im Seminarhaus Yoga Vidya in Bad Meinberg (BM) besuchen oder im Yoga Vidya Center München-Unterhaching (MU). Das Kompetenzzentrum in München-Unterhaching ist unser Business Yoga Partner. Du kannst dabei auch variieren, d.h., einen Teil in Bad Meinberg und einen Teil in München-Unterhaching besuchen, je nachdem, welches Thema dich am meisten interessiert oder was terminlich am besten für dich passt.

Natürlich kannst du auch einzelne dieser Seminare als Business Yoga Weiterbildung besuchen, auch wenn du nicht die gesamte Bausteinausbildung machen willst. Wenn du schon die Wochenend-Business Yoga Weiterbildung bei Yoga Vidya besucht hast, wird sie natürlich auf die Business Yogalehrer Ausbildung anerkannt. Bitte lasse dir die besuchten Weiterbildungen im Yoga Vidya Qualifikationsheft eintragen und am Ende des Seminars an der Rezeption bestätigen. Bei Nachweis aller Übungseinheiten und erfolgreichem Abschluss stellen wir dir das Business Yogalehrer Zertifikat aus. Nun bist du berechtigt dich kostenlos bei unserem Business Yogalehrer Berufsverband registrieren zu lassen. Um die Interessen der Business Yogalehrer professioneller zu vertreten, haben wir eigens dafür diesen Berufsverband als einen Zweigverband des BYV gegründet.

Business Yoga Basisseminar

10.-12.2.12 BM, SL: Claudia Bauer

6.-8.7.12 BM, SL: Dr. Hans Kugler

Hier bekommst du alle nötigen Informationen, um nach diesem Seminar Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Du erfährst, was du beachten musst, wie du vorgehen musst, wie du die Entscheidungsträger in den Unternehmen erreichst, wie du deinen Kurs am besten aufbaust und an diese Zielgruppe anpasst. Alle wichtigen Fragen rund um dieses Thema werden behandelt. Außerdem bekommst du hilfreiche Tipps von Yogalehrern, die bereits viel Erfahrung auf diesem Gebiet gesammelt haben.
MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €

Business Yoga Intensiv E

29.7.-5.8.12 BM, SL: Dr. Hans Kugler, Hans-Peter Bayerl und Claudia Bauer

Täglich angeleitete Business Yoga Stunde, Plan- und Rollenspiele in Kleingruppen mit Präsentation und Feedback, Lernzielkontrolle bei jedem Modul.

Themen u.a.:

- Die Welt des Business und Brücken zum Yoga
- Der Business Yogalehrer als Unternehmer
- Business Yoga Praxis
- Anpassung der Yoga-Vidya-Grundreihe für Business Yoga
- Unterrichtsprüben in Kleingruppen: Teilnehmer leiten in Kleingruppen Business Yogastunden an
- Grundsätze anatomisch korrekter Anleitung von Asanas, abgestimmt auf besondere Bedingungen und Umstände der Menschen im Berufsalltag
- Fragen zum eigenen Business Yoga Konzept
- Yoga in Unternehmen positionieren u. vermarkten
- Stressmanagement.

MZ 567 €, DZ 668 €, EZ 773 €, S/Z 486 €

Yoga Personaltrainer Ausbildung

22.-29.7.12 BM, SL: Uli Schuchart (s. Seite 50)

Business Yoga Intensiv G

13.-20.05.12 BM, SL: Claudia Bauer, SL: Hans-Peter Bayerl, SL: Dr. Hans Kugler

Für deinen gelungenen Auftritt in Unternehmen lernst du hier die vollständigen Inhalte folgender drei Wahlbausteine:

- Kreatives Stressmanagement mit Business Yoga
- Business Yoga Asanas: Anatomie und Korrekturen
- Leben im Team – Yoga für psychosoziale Gesundheit

Themen sind u.a.:

- Angebotskonzepte für Kurse und Seminare in Unternehmen – Ganzheitliches Modell zum Selbstmanagement („Work-Life-Tree“) -Yoga-Essentials zum Stressmanagement („YES“)
 - Einbindung von Beziehungs- und Teamaspekten in den Yogaunterricht
 - Praktischer Leitfaden für die Gestaltung von Business Yoga bei unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen
 - Vermittlung von anatomischen Hintergründen
- MZ 567 €, DZ 668 €, EZ 773 €, S/Z 486 €

Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter

1.-6.4.12 BM, SL: Leela Mata *(Engl. mit dt. Übersetzung)*
Co-SL: Parvati Wiefel
15.-20.7.12 BM, SL: Ralf Sturm

Lerne Seminare zum Themenkreis „Mentales Training, Gedankenkraft und Positives Denken“ zu geben. Damit kannst du Menschen wertvolle Techniken und Methoden für die Bewältigung ihres Alltags vermitteln. Raja Yoga Techniken zur Kontrolle des Geistes:

- Beherrschung und Lenkung der Gedanken
 - Gezielter Einsatz von Gedankenkraft
 - Gesetzmäßigkeiten des Unterbewusstseins
 - Konstruktives und destruktives Denken
 - Kreation von Powergedanken
 - Autosuggestion und Selbsthypnose
- MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Business Yoga Kongress

Arbeit und Gesundheit im Wandel

1.-3.6.12 Bad Meinberg

Die psychosozialen Belastungen rücken zunehmend in den Focus der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Der 2. Business Yoga Kongress 2012 beleuchtet dazu als Schwerpunkte: Neue Impulse für das wirtschaftliche Handeln, Empowerment der Beschäftigten und neue (alte) Werte für die Arbeitswelt.

Mischung aus fundierter Theorie und vielseitiger Praxis mit Vorträgen, Workshops, Meditationen, Themen-Yogastunden. Mit Referenten aus der Wirtschaft. Sonderbroschüre ab Herbst erhältlich, bitte anfordern!

MZ 166 €, DZ 195 €, EZ 225 €, S/Z 143 €



Stimm- und Sprechtraining Kursleiterausbildung

8.-13.7.12 BM, SL: Thomas Hundsalz

Gemessen an ihrer Bedeutung und Relevanz investieren wir erstaunlich wenig in unsere sprachliche Präsentation. Obwohl wir aus Erfahrung wissen, dass eine angenehme Stimme ähnlich wirkt, wie ein angenehmes Äußeres.

Wir können durch unsere Sprechweise und durch unsere Stimme unser Anliegen unterstützen oder entkräften. Im Idealfall harmonisieren Form und Inhalt, so dass unsere Botschaft durch eine geeignete akustische Präsentation an Bedeutung gewinnt und den Zuhörer besser erreicht und überzeugt.

Ausbildungsinhalte:

- Intensives Stimmtraining zur Kräftigung, Optimierung und Stabilisierung deiner Sprechstimme
- Atem- und Stimmphysiologie
- Sprachgestaltung und Sprechtechnik
- Phonetik, Gestik und Mimik
- Gesang und Stimmbildung
- Stimmpflege und -Hygiene
- Kommunikation
- Stimmtypologie und Stimmpsychologie
- Atemübungen

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer

12.-17.8.12 NO, 28.-30.9.12 BM

SL: Thomas Hundsalz

Die Art wie du sprichst, deine Ausdrucksweise, der Klang deiner Stimme – das ist deine akustische Visitenkarte.

Werde dir dieses Potentials bewusst und lerne, wie du deine Aussprache und Sprechstimme optimierst. Viele Berufe, besonders Lehrer (auch Yogalehrer) müssen große sprecherische Belastungen aushalten, für die ihre Stimme gar nicht geschaffen ist. Mit Hilfe von Atemübungen, Artikulationstraining, Übungen zur Stimmkräftigung kannst du deine Stimme so weit kräftigen und entwickeln, dass sie

am Ende eher das tut was du willst. So dass sie überzeugend klingt, dass sie dich nicht im Stich lässt und du eine größere Palette von Ausdrucksmöglichkeiten hast.

12.-17.8.: MZ 369 €; DZ 448 €; EZ 531 €; S/Z 305 €

28.-30.9.: MZ 156 €; DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Ayur-Yoga Ausbildung

22.-27.4.12 WW, SL: Prof. Dr. Martin Mittwede

Ayur Yoga integriert Ayurveda und Yoga mit dem Ziel, den Menschen wieder in sein ursprüngliches Gleichgewicht im Einklang mit seiner inneren und der äußeren Natur zu bringen und diesen harmonischen Zustand dauerhaft aufrecht zu erhalten. Das erreicht man über ein richtiges Verständnis der Doshas (Bio-Energien) und ihre Beziehung zu den Asanas, zu Pranayama und Meditation.

In dieser Ausbildung lernst du:

- Die Wirkung von Asanas, Pranayamas und verschiedener Meditationsformen auf die Doshas
- Welche Übungen sind für welches Dosha besonders gut, welche sind wie abzuwandeln
- den Einsatz spezifischer Asanas, Pranayama und Meditationstechniken zur Harmonisierung der Doshas
- die Anpassung der klassischen Yoga Vidya Grundreihe an die Bedürfnisse der Teilnehmer.
- Du entwickelst eine neue, geschärfte Wahrnehmung für die Qualität der Yogastellungen, der Atmung und der Bewegungsabläufe und -muster im Alltag.

MZ 421 €; DZ 493 €; EZ 568 €; S/Z 363 €

Anmerkung: Ausführliche Informationen zu einigen dieser Seminare, die gleichzeitig Ausbildungscharakter haben, findest du in der Broschüre „Ausbildungen“. Bitte anfordern bei: information@yoga-vidya.de oder im Internet unter: www.yoga-vidya.de/ausbildung



Yoga-Therapie

Aus- und Weiterbildungen

- 66 Yogatherapie Ausbildungen
- 75 Yogatherapie Weiterbildungen
- 76 Psychologische Yoga-Therapie Ausbildung
- 79 Psychologische Yoga-Therapie Weiterbildung
- 82 Heilpraktiker/in Psychotherapie Vorbereitung auf Amtsärztliche Prüfung



Yoga-Therapie Ausbildungen

Hochqualifizierte Weiterbildungen für:

- neues vertieftes Fachwissen
- erweiterte Kompetenz und Qualifikation
- Bereicherung deines Unterrichts
- zusätzliche berufliche Chancen

Eine großartige Chance für ausgebildete Yogalehrer, sich auf dem Gebiet des therapeutischen Yoga gezielt weiter zu spezialisieren und ihre Lehr- und Fachkompetenz entscheidend zu vertiefen. Alle mit Prüfung und Zertifikat.

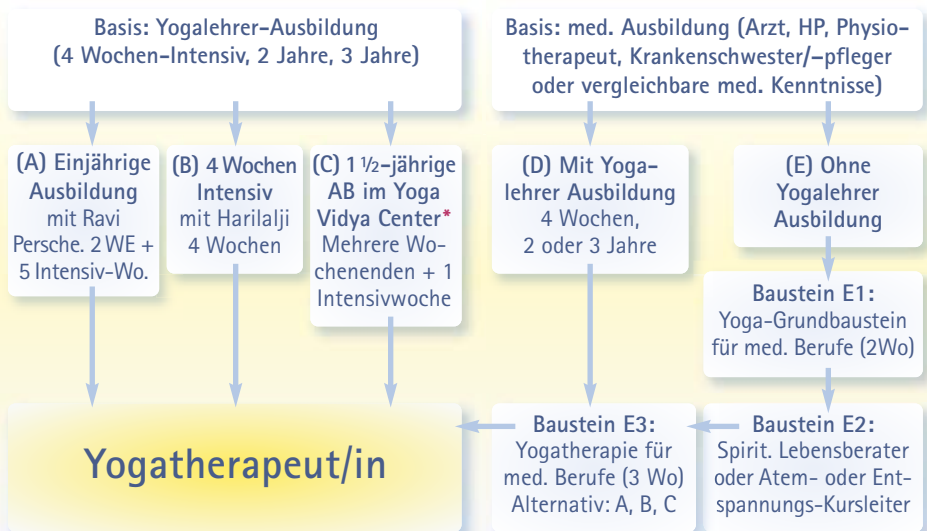
Voraussetzung:

Abgeschlossene Yogalehrer-Ausbildung BYV, BDY oder Sivananda, andere auf Anfrage oder von einer begonnenen Yogalehrer-Ausbildung bereits mind. 350 Unterrichtseinheiten absolviert sowie mind. 20 selbstgeleitete praktische Unterrichtsstunden.

Mit dieser Aus- und Weiterbildung kannst du:

- Kompetent auf bestimmte Zielgruppen mit körperlichen Beschwerden eingehen
- Deine bisherige Unterrichtspraxis gezielt erweitern, zum Beispiel, in dem du Yogastunden für Asthmatiker, Behinderte, Herzranke, für Menschen mit Rückenbeschwerden usw. anbietest.
- Yogaübungen und Yogatechniken gezielt therapeutisch in deinen Yogastunden einsetzen
- Individuelle Yogaübungsprogramme für Privatstunden und Einzelberatungen erarbeiten
- Therapeutische Einzelberatungen oder Yogastunden geben
- Besser auf spezielle Anforderungen im Yogaunterricht reagieren
- Menschen in deinen Kursen gezielter helfen
- Therapeutische Gesichtspunkte in deine eigene Übungspraxis einfließen lassen
- Eigene gesundheitliche Probleme angehen
- Den Körper und seine Reaktion besser verstehen
- Die natürlichen Regenerations- und Heilkräfte des Körpers fördern
- Noch bewusster mit dir, deinem Körper und deinem Leben umgehen und dies auch anderen vermitteln.

Wege zum Yogatherapeuten



* Im Yoga Vidya Stadtcenter: Bremen, Diepholz, Karlsruhe, Tübingen, Speyer, Villingen-Schwenningen

Bei Yoga Vidya kannst du also unter vier Formen der Therapieausbildung wählen:

- A) Einjährige Yoga Therapie Ausbildung mit Ravi Persche in der Therapie-Tradition von Kaivalyadhama bei Lonavla, in Bad Meinberg
- B) Yoga Therapie 4-Wochen-Intensiv Ausbildung mit Harilalji in der sVYASA-Tradition von Karnataka, in Bad Meinberg
- C) 1 1/2-jährige Yoga Therapie Ausbildung in den Stadtzentren Bremen, Diepholz, Karlsruhe, Tübingen, Speyer, Villingen-Schwenningen
- D) Für Angehörige von Heil- und Pflegeberufen, die schon Yogalehrer sind
- E) Für Angehörige von Heil- und Pflegeberufen, die nicht Yogalehrer sind





Yogatherapie-Info und Einführungsseminare:

Yogatherapie Einführung mit Ravi Persche

23.–25.3.12, 5.10–7.10.12 BM, SL: Ravi Persche
Grundlagen und Wirkungsweise der Yoga Therapie zur Heilung und Vorbeugung von weit verbreiteten Krankheiten. Praktische Übungen. Stärken, Grenzen und Kontraindikationen der Yogatherapie und ihre Unterschiede zum klassischen Yogaunterricht.
MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €.

Einführung in die Yogatherapie mit Harilalji

1.–3.6.12 BM, 6.–8.7.12 NO, SL Harilalji

Das Wissen um den therapeutischen Aspekt des Yoga kann eine wichtige Ergänzung und Hilfe für Yogalehrer sein. Dieses Seminar gibt eine Einführung in „Pancha Kosha Tatwa“ (die Fünf-Hüllen und Elemente) und die Beziehung zwischen den 5 Hüllen, bestimmten Krankheiten und Yogaübungen. Wir besprechen die Indikationen sowie die Kontraindikationen von Asanas, Kriyas und Pranayamas bei verschiedenen Beschwerden.

1.–3.6.: MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 €, S/Z 133 €.
6.–8.7.: MZ 171 €, DZ 208 €, EZ 247 €, S/Z 146 €

A) Einjährige Yogatherapie Ausbildung mit Ravi Persche in Bad Meinberg

Beginn: 23.3.12 mit Ravi und Claudia Persche

- als Baustein-Ausbildung: Alle Blöcke (Intensiv-Wochen) können auch einzeln belegt werden
- oder als Gesamtausbildung buchbar: 2 Wochenenden plus 5 Intensivwochen.

Ausbildungsgebühr

13 Monatsraten, ab März 2012

MZ 248 €, DZ 292 €, EZ 334 €, S/Z 217 €

Oder bei Vorauszahlung (reduzierter Preis gegenüber Einzelbuchung bzw. Ratenzahlung):

MZ 3.070 €, DZ 3.620 €, EZ 4.131 €, S/Z 2.691 €

Aufbau, Inhalt und Themen:

Du lernst bestimmte weit verbreitete Krankheitsbilder kennen sowie ganz spezifische Yogaübungen dafür – nicht nur Asanas, sondern Techniken aus verschiedensten Yogabereichen, unter anderem auch aus dem Kriya Yoga, dem Raja Yoga, dem Bhakti Yoga. Während der Ausbildung werden anatomische und physiologische Grundlagen erarbeitet für ein medizinisches Verständnis von:

- Gehirn
- Nervensystem
- Herz-Kreislaufsystem
- Atmungsorganen
- Verdauungssystem
- Endokrinem System

Im pathophysiologischen Teil erwirbst du exakte Kenntnisse über die Entstehung von Krankheiten, deren Ursachen, Auswirkungen und medizinische Behandlungsmöglichkeiten.

Im Laufe der Ausbildung erstellst du drei yogatherapeutische Diagnose- und Behandlungsprotokolle an authentischen Fallbeispielen. Das erste Wochenende umfasst eine praktische und theoretische Einführung in die Yogatherapie und macht dich mit den Grundlagen, Prinzipien und der Wirkungsweise von Yogatherapie vertraut. In den folgenden 5 Intensivwochen beschäftigst du dich eingehend und systematisch mit bestimmten Krankheits- und Beschwerdebildern und ihrer jeweiligen Behandlung durch Yogatherapie.

Theorieteil mit Vorträgen, Workshops, in denen du das Gelernte direkt umsetzt, praktischer Teil mit Yogastunden – die inhaltlich auf die jeweilige spezielle Thematik abgestimmt sind – sowie Meditation, Pranayama und Mantrasingen für ganzheitliche Persönlichkeitsentwicklung und Harmonisierung auf allen Ebenen des Seins.

Yogatherapie Einführung mit Ravi Persche

23.-25.3.12 BM, 5.-7.10.12 BM (s. Seite 68)

Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen

25.3.-1.4.12 BM, SL: Ravi Persche

Psychosomatische Störungen haben häufig ihre Ursache in psychischen und physischen Traumata, die verdrängt oder nicht vollständig verarbeitet wurden. Viele organische Erkrankungen lassen sich ganz oder teilweise auf Störungen des natürlichen Körper-Geist-Gleichgewichts zurückführen. Hier kann der ganzheitliche Ansatz des Yoga einen besonders wirkungsvollen Beitrag leisten.



Du lernst, welche Techniken besonders wirksam sind bei chronischen Erkrankungen wie: Schlafstörungen • Migräne • Stress-Syndrom.

Du lernst, ein eigenes yogatherapeutisches Übungsprogramm zu erstellen. Anatomische und physiologische Grundlagen des Nervensystems und des endokrinen Systems.

MZ 605 €; DZ 706 €; EZ 811 €; S/Z 524 €

Yoga fürs Herz: Das Ornish Programm – Yogatherapie bei Herzkrankheiten und Arteriosklerose (Kardiovaskuläre Erkrankungen)

10.-17.8.12 BM, SL: Lutz Hertel, Evelis Gromann und Ravi Persche

Du lernst, gezielt Herzranke zu unterrichten und ihnen die Grundzüge des erfolgreichen, wissenschaftlich erprobten Ornish Programms kompetent beizubringen. Mit Hilfe dieses Behandlungsverfahrens ist es möglich, selbst hochgradige Verengungen der Herzkranzgefäße ohne Operation oder Medikamente wieder zu öffnen. Es ist ein yogisches Herzprogramm zur „Öffnung des Herzens“ auf körperlicher und seelischer Ebene. Der Erfolg der Ornish-Herztherapie beruht wesentlich auf der Veränderung des gesamten Lebensstils. Durch den hohen Praxisanteil erfährst du diese Lebensstiltherapie aus der Perspektive des Herzpatienten, das heißt, du praktizierst alle Behandlungsmethoden selbst. Sie umfassen:

- „Herz-Yoga“-Programm mit speziell zusammengestellten Yoga-Techniken
- Entspannungsübungen
- Stressmanagement-Techniken
- diätische Vorgaben mit vegetarischer Ernährung
- Tägliches körperliches Ausdauertraining
- Gruppengespräche unter psychologischer Leitung für die innere Wandlung hin zu mehr Aufmerksamkeit und Mitgefühl.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem „Herz-Yoga“-Programm. Du lernst den Aufbau der Übungen, der Atmung und Meditation im „Herz-Yoga“ kennen und erfährst, welche Aspekte beim Unterrichten mit Herzkranken besonders beachtet werden müssen. Daneben wird unverzichtbares theoretisches und praktisches Wissen auf den Gebieten der Medizin, Psychologie und Ernährung vermittelt.

Diese Woche wird geleitet von den führenden Spezialisten des Ornish-Programms in Deutschland, Lutz Hertel und Evelis Gromann evtl. zusammen mit einem Arzt und einer Ernährungsbaterin.

MZ 637 €; DZ 768 €; EZ 873 €; S/Z 586 €

Yogatherapie bei Erkrankungen der Atemorgane (des respiratorischen Systems)

22.–29.7.12 BM, SL: Ravi Persche

Yoga-, Atem- und Kriya-Techniken sowie spezielle Ernährungsempfehlungen bei:

Asthma • Bronchitis • Nebenhöhlenentzündungen • allergischem Schnupfen. Lerne diesen vorzubeugen und wie du ihnen im Krankheitsfalle beikommen kannst.

MZ 605 €; DZ 706 €; EZ 811 €; S/Z 524 €



Visualisationsübungen, die wir in dieser Woche kennen lernen und üben, beeindruckende und dauerhafte Heilerfolge. Auch für rheumatische Beschwerden gibt es zahlreiche beschwerdespezifische Übungen, ergänzt durch Kriya-Techniken und individuelle Ernährungsempfehlungen.

MZ 605 €; DZ 706 €; EZ 811 €; S/Z 524 €

Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen und Erkrankungen des Verdauungssystems

7.–14.10.12 BM, SL: Ravi Persche

Dazu gehören weit verbreitete gesundheitliche Probleme wie Diabetes, Gastritis, Ulzera, Verstopfung, Hämorrhoiden. Vom yogatherapeutischen Ansatz behandeln wir diese mit:

- Ernährungsumstellung bzw. -plänen
- Kriya Übungen zur Befreiung von belastenden Stoffwechsel-Rückständen und Giften
- Speziellen Asanas
- Spezielle Atemtechniken für Verdauungssystem und -drüsen
- Möglichkeiten einer langfristigen gesünderen, entspannteren Lebensführung

MZ 605 €; DZ 706 €; EZ 811 €; S/Z 524 €

Yogatherapie Ausbildung Abschlusswochenende

16.–18.3.12, 17.–19.8.12 BM, Ravi Persche

Schriftliche Prüfung, Abschlussfeier mit Festessen, feierlicher Zertifikatsübergabe und Erteilung des spirituellen Segens.

MZ 199 €; DZ 228 €; EZ 258 €; S/Z 176 €

(inkl. Prüfungsgebühr).

Teilnahmevoraussetzungen:

- Yogalehrer-Ausbildung BYV, BDY, Sivananda, andere auf Anfrage.
- Längere eigene Yogapraxis.
- Yoga-Unterrichtserfahrung.
- Interesse an wissenschaftlicher Medizin.
- Stoff vor- und nachbereiten.

Das entschuldigte Fehlen an Kursteilen bedarf einer ärztlichen Bescheinigung und ist nach Ermessen des Ausbildungsleiters nachzuholen oder schriftlich nachzuarbeiten. Bitte mit dem Ausbildungsleiter Ersatztermine abstimmen (geeignete Seminare im Haus Yoga Vidya oder andere Alternativen). Ein Ausstieg ist bei Zahlung von einem Viertel des Restbetrags jederzeit möglich. Wenn du während der Ausbildungsdauer andere Seminare im Haus Yoga Vidya Bad Meinberg oder Westerwald besuchst, erhältst du auf alle Seminare und Kurse dort 20 % Ermäßigung.

Zertifikat: Bei Bestehen der Prüfung und Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat „Yoga Therapeut (BYAT)“ des Berufsverbandes der Yoga und Ayurveda Therapeuten. 865 UE (465 UE Yogatherapie, 400 UE Yogalehrer-Ausbildung).

Yogatherapie bei Rückenproblemen und anderen Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates

9.–16.3.12 BM, SL: Ravi Persche und Wolfgang Kessler

Vor allem Rückenbeschwerden haben sich heutzutage zu einer weit verbreiteten Volkskrankheit entwickelt. Sie können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Gerade hier bietet die Yogatherapie mit einem gezielten Programm aus speziell angepassten Asanas sowie Atem und

Benötigte Bücher:

- „Yoga Vidya Lehrer Handbuch“
- „Arbeitsbuch Anatomie und Physiologie“, Erica Jecklin, Verlag Elsevier (Urban & Fische) ISBN 978-3-437-26981-3
- „Das Yoga Vidya Asana Buch“ von Sukadev Bretz, Yoga Vidya Verlag ISBN 3-931854-48-5
- „Die Yogaweisheit des Patanjali für Menschen von heute“ von Sukadev Bretz, Verlag Via Nova, ISBN 3-928632-81-7
- „Hatha Yoga Pradipika“ mit Kommentar von Swami Vishnu-devananda Yoga Vidya Verlag
- „Bhagavad Gita“ mit Kommentar von Swami Sivananda, Mangalam Verlag, ISBN 3-92247-06-2

Zusätzliche Literaturempfehlung:

„Anatomie, Physiologie und Pathophysiologie“ von Thews/Mutschler/Vaupel, Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft mbH, ISBN 3-80471-616-4

Bücher erhältlich über www.yoga-vidya.de/shop oder vor Ort im Shop bzw. im Buchhandel.



B) Yogatherapie Ausbildung 4-Wochen-Intensiv

24.6-22.7.12 BM, SL: Harilalji

Englisch mit deutscher Übersetzung

MZ 2.104 €; DZ 2.510 €; EZ 2.930 €; S/Z 1.782 €

Intensive Yogatherapie-Ausbildung nach dem System des renommierten sVYASA-Instituts in Karnataka/Südindien. Die sVYASA ist eine berühmte Institution im Sinne einer Yoga-Universität, die seit 25 Jahren Studien über Yoga und Yogatherapie durchführt.

Du lernst das Grundkonzept der Yogatherapie mit folgenden Hauptinhalten:

- Modell des Panchakosha Tattwa, der 5 Hüllen aus der Taittiriya Upanishad
- Aadhi – Stress und seine Bewältigung
- Aadhija vyadhi (psychosomatische Beschwerden)
- Die Anwendung der Yogatherapie, wie sie in der Yoga Vasishta, einer weiteren klassischen Schrift des Yoga, beschrieben wird
- Therapietechniken: Yoga-Physiotherapie, Atembewegungen, Asanas, Pranayamas, Shat Kriyas, zyklische Entspannung, die Technik der Prana-Lenkung, Beratung, Meditationstechniken etc.
- Du lernst Übungen und Techniken der Yogatherapie, die besonders erfolgreich eingesetzt werden können für: psychosomatische Beschwerden, Asthma, Allergien, Rücken-, Knie-, Kopfschmerzen, Migräne, Arthritis, Angstzustände, Depressionen, muskuläre Dystrophie
- Du lernst, wie du eine Konsultation zielgerichtet durchführst, welche Übungen in welchen Fällen angezeigt sind, wie du die Übungen dem Teilnehmer/Patienten beibringst und ihm wertvolle Ratschläge für Prävention, Umgang mit seiner Krankheit und möglichen Besserung von Beschwerden geben kannst.

Ziel ist, den Patienten in die Lage zu versetzen, dass er anschließend diese Übungen selbst regelmäßig zu Hause übt. Anschließend, wenn die Krankheit unter Kontrolle ist, kann er wieder normal Yoga üben zur Verbesserung der Lebensqualität und Aufrechterhaltung eines guten Gesundheitszustandes.

1. Woche: Grundlagen der Yoga-Philosophie. Indische Schriften und Philosophiesysteme. Grundlagen des Unterrichtens von Yoga-Therapie.

2. + 3. Woche: Praktisches Erlernen und Üben von verschiedenen Techniken bei verschiedenen Problemen und Krankheiten. Atembewegung. Spezielle Techniken. Asanas. Pranayamas. Kriyas, die yogischen Reinigungstechniken, Cyclic Relaxation = zyklische Entspannung, PCT = Prana Chanalizing Technique, Pranalenkungstechniken, Meditations-techniken u.v.a.

4. Woche: Praktizieren des Gelernten, Gegenseitiges Anleiten des Gelernten, Üben von Konsultationen, Beratungen, Diagnosen, Behandlungen zu zweit oder in Kleingruppen.

Der Unterricht basiert auf dem traditionellen indischen Gurukula-System und den traditionellen vedischen Schriften mit dem Schwerpunkt auf der Vermittlung der ganzheitlichen Yogaweisheit.

Teilnahmevoraussetzungen: Yogalehrer-Ausbildung BYV, BDY, Sivananda, andere auf Anfrage. Längere eigene Yogapraxis. Yoga-Unterrichtserfahrung.

Prüfung: Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung, einer Abschlussfeier mit Festessen, feierlicher Zertifikatsübergabe und Erteilung des spirituellen Segens.

Zertifikat: Bei Bestehen der Prüfung und Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat „Yoga Therapeut/in BYAT“ des Berufsverbands der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT). 763 UE (mind. 363 UE Therapie + 400 UE Yogalehrer Ausbildung).

Benötigte Bücher:

- „Yoga Vidya Lehrer Handbuch“
- „Arbeitsbuch Anatomie und Physiologie“ Erica Jecklin, Verlag Elsevier ISBN 978-3-437-26981-3
- „Das Yoga Vidya Asana Buch“ von Sukadev Bretz, Yoga Vidya Verlag, ISBN 3-931854-48-5
- „Die Yogaweisheit des Patanjali für Menschen von heute“ von Sukadev Bretz, Verlag Via Nova, ISBN 3-928632-81-7
- „Hatha Yoga Pradipika“ mit Kommentar von Swami Vishnu-devananda Yoga Vidya Verlag

Bücher erhältlich über www.yoga-vidya.de/shop oder vor Ort im Shop, bzw. im Buchhandel.

C) 1 ½-jährige Yogatherapie Ausbildung in den Stadtzentren

Bitte direkt im Zentrum informieren oder unter www.yoga-vidya.de/name-der-stadt

Bremen: 0421/2239472
bremen@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de/bremen
Beginn: 14./15.7.12

Diepholz: 05441/592035
diepholz@yoga-vidya.de
www.yoga-diepholz.de
Beginn: 9./10.6.12

Karlsruhe: 0721/451428
karlsruhe@yoga-vidya.de
www.karlsruhe-yoga.de

Speyer: 06232/670557
speyer@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de/speyer
Beginn: 25.5.12

Tübingen: 07073/3004222
tuebingen@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya-tuebingen.de
Beginn: 17./18.9.11 und 22./23.9.12

Villingen-Schwenningen: 07721/998 2877
villingen-schwenningen@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de/villingen-schwenningen
Beginn: 3./4.12.11



D) + E) Yoga Therapie Ausbildung für medizinische Berufe im Bausteinsystem

Beginn: 11.3.12 oder 18.11.12 mit dem Yoga-Grundbaustein

Auf vielfachen Wunsch: Für Angehörige medizinischer Berufe, die nicht Yogalehrer sind und Yogatherapeuten werden wollen, um Yogatherapie in ihre Arbeit zu integrieren.

Diese Ausbildung vermittelt in komprimierter Form die wesentlichen Grundlagen und Inhalte des Unterrichts von Yoga und Yogatherapie. Die anatomischen und physiologischen Inhalte und Krankheitsbilder, die in der normalen Yogatherapie Ausbildung einen breiten Raum einnehmen, werden vollständig vorausgesetzt und nicht extra behandelt. So ist diese Ausbildung besonders geeignet für Physiotherapeuten, Ärzte, Krankenpfleger/-schwestern und Menschen mit vergleichbaren medizinischen Kenntnissen, um Wiederholungen zu vermeiden und sich ganz auf die yogatherapeutischen Inhalte konzentrieren zu können.

Die Ausbildung setzt sich zusammen aus folgenden Bausteinen:

E1) Yoga-Grundbaustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe 11.-25.3.12, 18.11.-2.12.12 BM ca. 200 UE (s. Seite 74)

E2) Wahlweise Entspannungskursleiter, Atemkursleiter oder Spiritueller Lebensberater Ausbildung (s. Ausbildungsbroschüre) Ca. 60 UE. Je nach persönlichen Neigungen, Bedürfnissen und Zeit.

E3) Yogatherapie Baustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe 8.-29.7.12 BM, 21.9.-12.10.12 BM, SL: Mahashakti Engeln
Teilnahmevoraussetzung für Baustein E3: Yoga-Grundbaustein oder Yogalehrer-Ausbildung. Ca. 240 UE. (s. Seite 74)

Nach Abschluss aller Teile reichst du uns deine Nachweise ein und erhältst das Zertifikat „Yogatherapeut/in (BYAT)“. Wir empfehlen, dir die Bausteine in deinem Yoga Vidya Qualifikationsheft be-

scheinigen zu lassen oder eine Zertifikatskopie einzukleben. Wenn du noch kein Qualifikationsheft hast, lasse dir bei einem deiner nächsten Besuche im Haus Yoga Vidya eines geben.



Teilnahmevoraussetzungen:

- 1) Medizinischer Grundberuf wie Arzt, Heilpraktiker, Physiotherapeut, Krankenschwester, Krankenpfleger und andere medizinische Berufe mit vergleichbaren anatomischen und physiologischen Kenntnissen.
- 2) Grundkenntnisse in Yoga und Meditation
- 3) Erfolgreiche Teilnahme und Abschluss von Teil E1

Prüfung/Zertifikat:

- 1) Praktische Therapiesitzungen während der Ausbildung. Schriftliche Abschlussprüfung. Teilnahmebescheinigung.
- 2) Siehe bei den einzelnen Wahlbausteinen
- 3) Nach erfolgreicher Teilnahme und Abschluss dieser drei Bausteine erhältst du das Zertifikat „Yogatherapeut/in BYAT“ des Berufsverbands der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT). Insgesamt mind. 500 UE.

D) Wer einen medizinischen Grundberuf hat und schon Yogalehrer/in ist – BYV, Sivananda, andere auf Anfrage –, kann direkt in Baustein E3 einsteigen und sich damit zum zertifizierten Yogatherapeut/in BYAT qualifizieren.



Pflichtbaustein E1: Yoga Grundbaustein

11.-25.3.12 BM, 18.11.-2.12.12 BM

Für Angehörige medizinischer Berufe, die nicht Yogalehrer sind und Yogatherapeuten werden wollen, um Yogatherapie in ihre Arbeit zu integrieren.

Inhalte und Themen:

- Die Grundlagen des Yoga, insbesondere die bewährte, traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe
- Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf verschiedene Zielgruppen angepasst anzuleiten und zu korrigieren
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- Praktische Unterrichtserfahrung in Kleingruppen
- Prinzipien des Yoga Unterrichts bei Beschwerden
- Einführung in die Philosophie des Yoga
- Yoga als ganzheitliches System der Gesunderhaltung, Prävention und Heilung
- Chancen und Grenzen von Yogatherapie

Teilnahmevoraussetzung: Für Ärzte, Heilpraktiker, Physiotherapeuten, Krankenschwestern, Krankenpfleger und andere medizinische Berufe mit vergleichbaren anatomischen und physiologischen Kenntnissen und Kenntnis der Krankheitsbilder.

Abschluss dieses Yoga-Grundbausteins: Praktische Prüfung im Rahmen der Unterrichtsproben. Schriftliche Abschlussprüfung. Teilnahmebescheinigung. (Zertifikat nach Abschluss aller Yogatherapie Ausbildungsbausteine). Ca. 200 UE.

MZ 1.079 €, DZ 1.282 €, EZ 1.492 €, S/Z 918 €

Pflichtbaustein E2:

Wahlweise Entspannungskursleiter-, Atemkursleiter- oder Spirituelle Lebensberater Ausbildung (s. Ausbildungsbroschüre). Ca. 60 UE.

Pflichtbaustein E3: Yogatherapie Baustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe

8.-29.7.12 BM, 21.9.-12.10.12 BM

SL: Mahashakti Engeln

Anhand praktischer Übungen werden die Grundlagen und Wirkungsweisen der Yoga-Therapie vermittelt. Die Stärken, Grenzen und Kontraindikationen der Yogatherapie und ihre Unterschiede zum klassischen Yogaunterricht werden ausführlich behandelt. Du lernst grundlegende Methoden der Yogatherapie zur Heilung und Vorbeugung von verbreiteten Krankheiten kennen.

Inhalte u.a.:

- Grundlagen, Prinzipien und Wirkungsweise des therapeutischen Yoga
- Kontraindikationen
- Yogatherapie bei Atemwegserkrankungen
- Yogatherapie bei psychosomatischen Erkrankungen
- Yogatherapie fürs Herz
- Yogatherapie bei Herzkrankheiten und Arteriosklerose (Kardiovaskuläre Erkrankungen), Kreislaufsystem
- Yogatherapie bei Erkrankungen von Verdauungsapparat und Immunsystem
- Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen
- Yogatherapie bei Rückenproblemen und anderen Erkrankungen des Bewegungsapparates
- Unterrichtsdidaktik und -methodik: Aufbau einer Yogatherapie-Stunde
- Aufbau und Durchführung eines mehrwöchigen Yogatherapie-Kurses
- Yogatherapeutische Einzelsitzungen. Aufbau einer Einzelberatung. Aufbau einer Folge von Einzelsitzungen im Rahmen einer Therapie.

In den täglichen Asanastunden und Einzeltherapie Übungen erlebst du ihre Wirkungsweise. Dies unterstützt gemeinsam mit täglicher Praxis von Meditation, Mantrasingen, Yoga-, Atemübungen und Tiefenentspannung den ganzheitlichen Lernprozess. Diese persönliche intensive Erfahrung hilft, dass du in deinen Therapiesitzungen geeignete Übungen kompetent zusammenstellen und anleiten kannst.

Teilnahmevoraussetzung: Erfolgreicher Abschluss von Baustein E1 + E2 oder Yogalehrer-Ausbildung. Für Ärzte, Heilpraktiker, Physiotherapeuten, Krankenschwestern, Krankenpfleger und andere medizinische Berufe mit vergleichbaren anatomischen und physiologischen Kenntnissen und Kenntnis der Krankheitslehre. Yogalehrer, die die entsprechenden Kenntnisse nachweisen können, können direkt in Baustein E3 einsteigen. Ca. 240 UE.

Prüfung/Zertifikat: Nach erfolgreicher Teilnahme und Abschluss dieser 3 Bausteine erhältst du das Zertifikat „Yogatherapeut/in BYAT“ des Berufsverbands der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT). Gesamte Ausbildung mind. 500 UE. MZ 1.592 €, DZ 1.896 €, EZ 2.211 €, S/Z 1.350 €



Als Yogatherapie Weiterbildungen geeignete Seminare

- **Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen** 7.-9.9.12 BM, SL: Thomas Hellmig (s.S. 37)
- **Yoga bei MS (Multiple Sklerose)** 17.-19.2.12 BM, SL: Brigitte Heitz (s. Seite 37)
- **Yogatherapie bei Kurzsichtigkeit** 22.-24.6.12 BM, SL: Harilalji (s.Seite 38)
- **Hormon Yoga Basisseminar** 20.-22.4.12, 17.-19.8.12 BM, SL: Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann
- **Hormonyoga Intensiv** 29.6.-1.7.12 WW, SL: Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann
- **Physioga – Yoga und Physiotherapie für den Rücken** 1.-5.8.12 BM, SL: Maha Devi Deemter (s. S. 36)
- **Spirituelle Lebensberater Ausbildung** 3.-10.8.12 BM, SL: Sukadev Bretz (s. Seite 77)
- **Yoga und Viszerale Osteopathie** 24.-26.2.12, 26.-28.10.12 BM, SL: Anjana Mayr (s. S. 38)
- **Yoga und Viszerale Osteopathie – Aufbaukurs mit Vertiefung** 28.10.-2.11.12 BM, SL: Anjana Mayr (s. Seite 38)
- **Yoga und Viszerale Osteopathie – Grundlagen, Aufbaukurs und Vertiefung** 26.10.-2.11.12 BM, SL: Anjana Mayr (s. S. 38)

Chakra-Seminarreihe zur systematischen therapeutischen Erschließung des Chakra-Potentials (gesamt oder einzeln buchbar):

- Chakra-Yoga – Muladhara und Swadhisthana*** 10.-12.2.12 BM, SL: Vani Devi Beldzik
- Chakra-Yoga – Swadhistana und Manipura*** 6.-8.4.12 BM, SL: Vani Devi Beldzik
- Chakra-Yoga – Manipura und Anahata*** 25.-27.5.12 BM, SL: Vani Devi Beldzik
- Chakra-Yoga – Anahatha und Vishuddha*** 3.-5.8.12 BM, SL: Vani Devi Beldzik
- Chakra-Yoga – Vishuddha und Ajna*** 3.-5.8.12 BM, SL: Vani Devi Beldzik
- Chakra-Kur: Reinigung der Chakras*** 10.-19.8.12 BM, SL: Mahashakti Engeln

*Beschreibung in der „Hauptbroschüre 2012“ (bitte anfordern) bzw. Internet www.yoga-vidya.de/seminar



Psychologische Yoga-Therapie

Für ausgebildete Yogalehrer, die vor allem am geistig-seelischen Aspekt des Yoga interessiert sind und dies in ihrem Yogaunterricht oder anderen Kursen und Beratungen einbringen wollen.

Lerne systematisch praktische Techniken und Methoden für persönliches Wachstum und Hilfestellung aus dem klassischen Yoga und aus der modernen Psychologie und Psychotherapie. Eine Ausbildung, die dein Leben an der Wurzel berühren und bereichern kann, dich zu einem noch authentischeren Menschen werden lässt.

Diese Ausbildung besteht aus Pflicht- und Wahlbausteinen, die alle auch einzeln buchbar sind, und erstreckt sich in der Regel über 2 Jahre. Du kannst dir aber auch länger Zeit lassen oder mehr Bausteine in einem Jahr besuchen, so dass du die Ausbildung sehr flexibel nach deinen persönlichen Bedürfnissen und Möglichkeiten zusammen stellen und absolvieren kannst. In den Pflichtbausteinen erwirbst du ein breit gefächertes Grundwissen über die wichtigsten psychologischen Ansätze aus westlicher und spirituell-ganzheitlicher Sicht.

Wenn du darüber hinaus heilend und behandelnd tätig werden willst, kannst du dich mit dem Zusatzbaustein "Heilpraktiker Psychotherapie - Vorbereitung auf Amtsärztliche Prüfung" (s. Seite 82; Beginn 2.9.12) weiter qualifizieren.

Pflichtbausteine

A) Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie

26.2.-4.3.12 BM, 1.7.-8.7.12 BM

SL: Shivakami Bretz

„Um zum Andern ausgehen zu können, muss man den Ausgangsort innehaben, man muss bei sich gewesen sein, bei sich sein.“

(Martin Buber)

In diesem Baustein schaffst du die Basis therapeutischer Arbeit. Im Zentrum steht die würdige Haltung der Achtsamkeit und Akzeptanz. Völlig wertfrei beobachten wir, was im Hier und Jetzt geschieht. *„Atha Yoga Nusasnam – Jetzt beginnt Yoga“*. (Yoga Sutra 1. Kap., 5. Vers)

Du lernst, wie du in den Erst-Kontakt gehst und eine Anamnese erstellst. Gezielte Wahrnehmungsübungen aus dem Integralen Yoga und der Gestalttherapie lassen dich das „Ich-Du-Wir“ bewusster und intensiver erleben. Damit schaffst du die Grundlagen für vertrauensvolle Beziehungen: einführendes Verständnis, liebevoller und achtsamer Umgang sowie Echtheit.

Praxis:

- Spezielle therapeutisch anwendbare Meditations-techniken
- Tiefenentspannung und innere Heilreisen
- Paarübungen z.B. wohlwollendes aktives Zuhören
- Körper, Atem, Stimme auch im Gespräch einbeziehen
- Dich selbst im Kontakt wahrnehmen und
- du erfährst, welche Voraussetzungen du brauchst, um kompetent begleiten zu können

Wenn du vorhast, die gesamte Ausbildung zu durchlaufen, empfiehlt es sich, mit diesem Baustein zu beginnen. Ca. 81 UE.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

B) Spirituelle Lebensberatung Ausbildung

3.-10.8.12 BM, SL: Sukadev Bretz

Lerne, Menschen auf ihrem spirituellen Weg zu begleiten und zu beraten. Auf dem spirituellen Weg gibt es viele Aufgaben zu bewältigen:

- Integration des spirituellen Weges in Beruf, Partnerschaft und Familie.
- Umgang mit Krankheiten. Umgang mit Bedürfnissen und Wünschen.
- Umgang mit Reinigungs-, Hindernis- und Kundalini Erweckungserfahrungen.
- Umgang mit spirituellen Krisen.
- Spirituelle Entscheidungsfindung.
- Extreme Praktiken versus Mittelweg.
- Die Tricks des Ego.
- Gott. Guru. Samadhi.
- Aufgaben auf verschiedenen Stufen der spirituellen Entwicklung.

Didaktik: Wie führt man ein spirituelles Beratungsgespräch? Möglichkeiten und Grenzen der spirituellen Beratung und Führung. Möglichkeiten und Schwierigkeiten in der Beziehung zwischen Berater und Aspirant.

Ein außergewöhnliches Seminar, um den spirituellen Weg und seine vielfältigen Verzweigungen in der Tiefe zu begreifen. Ideal für jeden, dem öfter Fragen zum spirituellen Weg gestellt werden. Ca. 81 UE.
MZ 567 €; DZ 668 €; EZ 773 €; S/Z 486 €

C) Die Einzelberatung in der Psychologischen Yogatherapie

12.-19.8.12, BM, SL: Shivakami Bretz



Spirituelles Wachstum erleben und fördern.

Psychologische Yogatherapie geht über die symptomatische Behandlung hinaus. In dieser Woche übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des ganzheitlichen Yoga zu begleiten und zu unterstützen. In Gruppenübungen bist du abwechselnd Therapeut, Klient oder Beobachter.

In dieser Triadenarbeit wirfst du einen Blick auf deine persönlichen Anteile in der Begegnung und bleibst dadurch selber in Svadhyaya – Selbststudium verankert. So sammelst du wichtige Erfahrungen, die dir bei deiner therapeutischen Arbeit weiter helfen.

Praxis:

- Gestaltung eines Einzelgesprächs
- Erfassen der Lebens Themen deines Klienten
- Ressourcen fördern
- Einzelarbeit mit Lehrtherapeutin in der Großgruppe
- Wie kann ich sowohl prozess- als auch zielorientiert mit Yoga arbeiten?
- Yoga zur Selbstreflexion/Selbsterkenntnis einsetzen

Ca. 81 UE.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €



D) Yoga bei psychischen Problemen

20.-27.5.12, BM, 30.9.-7.10.12 BM

SL: Shivakami Bretz

Lerne es, mittels Yoga deine Kursteilnehmer zu tiefer Selbsterkenntnis zu führen und ihnen Zugang zu innerer Kraft zu verschaffen im Umgang mit diversen psychischen Beschwerden und ständig neuen Herausforderungen des modernen Alltags.



Diese Weiterbildung richtet sich an Yogalehrer mit Unterrichtserfahrung ohne tiefere psychotherapeutische Vorkenntnisse. Aber auch Yogalehrer, die gleichzeitig Psychotherapeuten sind, können ihr „Methodenarsenal“ sinnvoll erweitern.

Theorie:

- Kennenlernen verschiedener Krankheits-/Störungsbilder, bei denen Yoga unterstützend hilfreich sein kann: verschiedene Formen der Angst, Depressionen, Traumafolgestörungen, Süchte, Essstörungen
- Umgang mit verschiedenen Belastungen: Trauer, Verluste, Trennungen
- Unterscheidung einfacher Belastungsreaktionen von Störungsbildern, die einer professionellen Behandlung bedürfen
- Juristische Fragen: Was darfst du als Yogalehrer, was darf nur ein Psychotherapeut/Psychiater, wann muss auf einen Arzt verwiesen werden
- Tipps für die sinnvolle Zusammenarbeit mit Psychotherapeuten/Psychiatern/Heilpraktikern

Praxis:

- Abstimmen der Yogastunden auf bestimmte Beschwerdebilder
- Psychische Wirkung spezifischer Asanas
- Kontraindikationen: was gilt es in welchen Fällen abzuändern oder zu meiden?
- Besondere Yoga und ayurvedische Bewegungs- und Konzentrationsübungen zur Harmonisierung und Stärkung der Psyche
- Spezielle Meditationen. Arbeiten mit Mantras
- Einsatz von gezielten Affirmationen und Visualisationstechniken
- Selbstreflexion durch Asanas
- Tipps für den Alltag aus yogischer Sicht
- Tipps für Einzelberatungsgespräche

Nach dieser Weiterbildung kannst du:

- Workshops anbieten zu Themen wie z.B.
 - „Umgang mit Ärger“
 - „Umgang mit Ängsten“
 - „Yoga bei depressiven Verstimmungen“
- Yogakurse und offene Stunden anbieten zu:
 - geistige Wirkungen der Asanas
 - Yoga zur Selbstreflexion und mit Affirmationen
 - Yoga als Weg zur Selbsterkenntnis
- Deine Yogakurse auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abstimmen
- Deine Yogakurse/-stunden variantenreicher und für Teilnehmer interessanter gestalten.

20.-27.5.12: Als Gastdozentin wird Ulrike Seifried einen Tag über die Umgehensweise im Yoga mit Traumafolgeerkrankungen sprechen.

Sie ist Dipl. Psychologin und Psychologische Psychotherapeutin mit über 20 Jahren Berufserfahrung. Ihre Arbeitsschwerpunkte sind Traumafolgestörungen und Abhängigkeitserkrankungen. Sie ist in freier Praxis und in der Caritas Fachambulanz für Suchterkrankungen in München tätig.

Ca. 81 UE.

MZ 491 €; DZ 592 €; EZ 697 €; S/Z 410 €

Jeder Pflichtbaustein schließt mit einer praktischen und/oder schriftlichen Prüfung und wird für sich zertifiziert, so dass du deine Fortbildung und Qualifikation auch belegen kannst, wenn du nicht die gesamte Ausbildung abschließen willst, sondern dich nur bestimmte Themen interessieren.

Zusätzliche Wahlbausteine

Zusätzlich kannst du dir aus einer ganzen Reihe interessanter Ausbildungen und Seminare Wahlbausteine aussuchen, die für die Psychologische Yoga-Therapie-Ausbildung anerkannt sind. Diese müssen insgesamt mindestens 260 UE umfassen.

Sucht sucht Bewegung – ambulante Suchthilfe mal anders

14.-19.12.12 BM, SL: Christina Keulen
Das Seminar zeigt auf, warum Bewegung im Suchthilfeprozess eine wichtige Rolle spielt. Bewegung, wie z.B. Yoga wird hier verstanden als ganzheitliche Bewegung in Richtung „meiner Selbst“ und als motorische Bewegungserfahrung im klassischen Sinne. Theorien und Themen aus der Suchthilfe erleben mit der Verbindung zur Bewegungspädagogik bzw. -therapie ein „Selber spüren“ von Energie bringenden Bewegungsmustern, ohne die ein Vorwärtkommen im Heilungsprozess als schwierig einzuschätzen ist.

MZ 357 €, DZ 429 €; EZ 504 €; S/Z 299 €

Traumata – Heilung und Chance

21.-23.9.12 BM, SL: Simone Drebrow

Du lernst traumatisierte Teilnehmer zu verstehen und verständnisvoll zu begleiten, eigene Grenzen zu erkennen, dich selber zu schützen und das zu unterstützen, was in dem Moment möglich ist.

Inhalte u.a.:

- Was ist ein Trauma?
- Entstehung, Klassifizierung, Auswirkungen auf den Menschen

- Symptome, mögliche Reaktionen
- Methoden der heilsamen Begleitung in Kursen
- Stufen und Chancen für Veränderung
- Raum für Neues schaffen.

Der Kurs richtet sich an Yogalehrer, Therapeuten und lehrend und beratend Tätige.

MZ 156 €, DZ 185 €; EZ 215 €; S/Z 133 €

Selbsterfahrung und Heilung in der Gruppe

30.3.-1.4.12 BM, SL: Ulla Cremer

Du lernst heilsame Gruppenprozesse und die kraftvolle Wirksamkeit von Gruppendynamik kennen. Du bekommst Anregungen, eine eigene Gruppe aufzubauen und zu leiten.

Inhalte und praktische Übungen u.a.: achtsames Reden und Zuhören; Arbeiten mit dem Redestab; Elemente aus Psychodrama und Rollenspiel. Für alle, die heilsame Erfahrungen machen wollen und mutiger werden möchten.

MZ 156 €, DZ 185 €, EZ 215 € S/Z 133 €



Weitere Bausteine:

Raja Yoga 1: 13.-15.1.12 WW; SL: Padmakshi Berger; 25.-27.5.12 NO SL: Keshava Schütz (s. Seite 8)

Raja Yoga 2: 24.-26.2.12 WW, SL: Padmakshi Berger; 27.-29.7.12 NO, SL: SL: Keshava Schütz (s. Seite 8)

Raja Yoga 3: 14.-16.9.12 WW, SL: Padmakshi Berger (s. Seite 9)



Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen
25.3.-1.4.12 BM, SL: Ravi Persche (s. Seite 69)

Heilpraktiker Psychotherapie – Vorbereitung auf Amtsärztliche Prüfung
2.-16.9.12 BM, SL: Werner Leben (s. Seite 82)

Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter
1.-6.4.12 BM, SL: Leela Mata (s.S. 62)

Spirituelle Coaching Ausbildung
25.3.-1.4.12 BM, SL: Susanne Sirringhaus (s.S. 60)

Systemisches Familienstellen 1 – Grundlagen*
19.-28.10.12, SL: Maik Zessin, Mona Vollstuber

NLP für visionäre Veränderungsprozesse*
19.-26.8.12, SL: Susanne Sirringhaus

Systemisches Familienstellen 2 – Praxis Ausbildung* in 2013, SL: Maik Zessin, Mona Vollstuber

NLP und die Magie der Sprache*
13.-20.5.12, SL: Susanne Sirringhaus

NLP für Persönlichkeits-Integration und Genie-Erweckung*
15.-22.1.12, SL: Susanne Sirringhaus

Fantasiereisen Kursleiter Ausbildung*
25.11.-2.12.12 BM, SL: Susanne Sirringhaus

Moderationstechniken und kooperative Gruppenführung – Ausbildung*
13.-22.4.12 BM, SL: Ramdas Weichert

Systemische Gruppen-Coaching und Prozess-Supervision – Ausbildung*
4.-13.11.12 BM, SL: Ramdas Weichert

**Detailbeschreibung in der „Ausbildungsbrochure 2012“ oder im Internet unter www.yoga-vidya.de/ausbildung bzw. „Hauptbrochure 2012“*

Die Beschreibung der folgenden Seminare findest du in der „Hauptbrochure 2012“ (bitte anfordern) und im Internet: www.yoga-vidya.de/seminar

Energie und Tatkraft
3.-5.2.12 BM, SL: Susanne Sirringhaus

Selbstbewusstsein und Stärke entwickeln
6.-9.4.12 BM, SL: Shanmug Eckhardt; 23.-28.12.12 BM, SL: Shivakami Bretz

Gelassenheit entwickeln 26.-28.10.12 BM, SL: Ralf Sturm; 2.-4.11.12 BM, SL: Sukadev Bretz

Yoga für Mobbing-Opfer
11.-13.5.12 BM, SL: Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker

Yoga und Familienstellen 9.-11.3.12 BM, 28.-30.9.12 BM, SL: Rudolph Ravi von Schröder

Geheimnis der Geisteskontrolle
20.-27.7.12 BM, SL: Swami Bodhichitananda

Praktische Schritte zum inneren Frieden
15.-20.1.12, 7.-9.12.12 BM, SL: Shivakami Bretz

Umgang mit Ärger, Angst und Depression
10.-12.2.12 BM, SL: Shivakami Bretz, 11.-16.3.12 BM, SL: Maik Zessin, 2.-4.11.12 BM, SL: Shivakami Bretz

Vertrauen entwickeln

3.-5.2.12 BM, SL: Sukadev Bretz

Selbstreflexion und psychologische Arbeit mit Hatha Yoga

20.-22.4.12 BM, SL: Shivakami Bretz

Sinn und roten Faden erkennen

6.-11.4.12 BM, 10.-15.6.12 NO, 9.-14.9.12; SL: Shivakami Bretz

Vertiefte Selbsterfahrung mit Yoga und spiritueller Gestaltarbeit

22.-27.7.12 BM, SL: Shivakami Bretz

Achtsam Sein im Hier und Jetzt

30.12.11, 1.1.12 BM, 19.-21.10.12 BM, SL: Maik Zessin

Aufatmen in der Stille

13.-15.1.12 BM, 7.-9.12 BM, SL: Maik Zessin

Mit Yoga den Alltag meistern

17.-19.2.12 BM, SL: Maik Zessin

Fest und stark im Leben stehen

23.-25.11.12 BM, SL: Maik Zessin

Kraftvolle Stille – Zeit für seelisches Aufräumen

30.9.-5./7.10.12 NO, 14.-16.12.12 BM, SL: Susanne Sirringhaus

Gefühlskonferenz oder der kluge Umgang mit der eigenen Kraft

24.-26.8.12 BM, SL: Sibylle Dapp

Den Tod annehmen

2.-4.11.12 BM, SL: Leela Mata

Unterrichtseinheiten: Yogalehrer-Ausbildung als Voraussetzung 400 UE + Pflichtbausteine ca. 300 UE plus Wahlbausteine mind. 260 UE. Gesamt ca. 960 UE.

Prüfung/Zertifikat: Mit dem Nachweis der nötigen Unterrichtseinheiten und Vorlage der Abschlussarbeit erhältst du das Zertifikat „Psychologische/r Yoga Therapeut/in (BYAT)“, 960 UE (560 UE plus 400 UE Yogalehrer-Ausbildung)

Weiterbildung für Psychologische Yogatherapeuten

Die folgenden Seminare/Ausbildungen eignen sich besonders als Weiterbildung für Psychologische Yogatherapeuten, da sie einzelne psychotherapeutische Methoden vertiefen oder ergänzend in der Psychotherapie eingesetzt werden (wie z.B. Hypnose, AT, PMR bei Traumata, Angstphobien etc.):

Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson 29.1.-3.2.12, 1.-6.7.12, BM (s. Ausbildungsbroschüre)

Spirituelle Hypnose Grundausbildung 26.8.-2.9.12 BM (s. Ausbildungsbroschüre)

Traum Yoga 16.-18.3.12 BM (s. Hauptbroschüre)



Heilpraktiker

Vorbereitung auf amtsärztliche Kenntnisprüfung

Um „Heilkunde ohne ärztliche Bestallung“ ausüben zu können, ist ein „Antrag auf Erlaubniserteilung“ nötig. Dabei erfolgt eine „Kenntnisüberprüfung, ob der Antragsteller eine Gefahr für die Volksgesundheit darstellt.“

Die amtsärztlichen Kenntnisüberprüfungen sind sehr streng und die Nicht-Bestehen-Quote ist relativ hoch. Wir bemühen uns, dir ein möglichst breites, umfassendes Wissen zu vermitteln, um dir gute Grundlagen zu geben. Aber du solltest dir im Klaren darüber sein, dass diese Ausbildung besonders viel Einsatz verlangt und die Hürden hoch sind. Die Kenntnisüberprüfung erfolgt wohnortabhängig. Manche Gesundheitsämter haben 1-2jährige Wartezeiten. Zur Überprüfung meldest du dich an deinem Wohnort an.

Heilpraktiker Psychotherapie – Vorbereitung auf Amtsärztliche Prüfung

2.-16.9.12 BM, SL: Werner Leben

MZ 1.079 €; DZ 1.282 €; EZ 1.492 €; S/Z 918 €

Das Berufsfeld des psychotherapeutischen Heilpraktikers ist mit einem hohen gesellschaftlichen Ansehen verbunden. Dem entsprechend sind die Ansprüche, die an ihre Qualifikation gestellt werden, recht hoch und die Zulassung zum Beruf des Heilpraktikers für Psychotherapie ist an das erfolgreiche Ablegen einer behördlichen Überprüfung durch die Gesundheitsämter gebunden. Dieser Kurs wiederholt den Ausbildungsstoff und bereitet dich sorgfältig auf die Prüfung mit ihren hohen Ansprüchen vor. Besonders empfehlenswert, wenn du noch nicht Arzt, Psychologe oder Heilpraktiker bist und über Beratungen, Kurse und Anwendungen hinaus heilend tätig werden willst.



Voraussetzungen für die amtsärztliche Heilpraktiker-Kenntnisüberprüfung beim Gesundheitsamt:

- Mindestalter 25 Jahre
- Geburtsurkunde
- Erfolgreicher Schulabschluss, mind. Hauptschule
- Körperliche, geistige und seelische Eignung für den Heilpraktikerberuf gemäß ärztlichem Attest, höchstens 3 Monate vorher ausgestellt
- Polizeiliches Führungszeugnis, höchstens drei Monate vorher ausgestellt.

Der Lehrgang wendet sich an dich wenn du:

- Yoga oder andere ganzheitliche Verfahren psychotherapeutisch einsetzen möchtest
- den Beruf "Heilpraktiker/in für Psychotherapie" haupt- oder nebenberuflich ausüben möchtest
- in z. B. einem sozialen, beratenden oder helfenden Beruf arbeitest oder arbeiten möchtest und dein Spektrum mit psychosozialen und psychotherapeutischem Wissen erweitern möchtest.

Behandelt werden folgende überprüfungsrelevanten Themen:

1. Entwicklungspsychologie
2. Untersuchung, Anamnese, Diagnostik, Klassifikationssysteme
3. Psychopathologie
4. Neurologie – Nervensystem (Krankheitslehre: Physische, Psychiatrische und Psychosomatische Erkrankungen)
5. Körperlich begründbare psychische Störungen (Demenz, Parkinson, Multiple Sklerose, Epilepsie u.a.)
6. Missbrauch und Abhängigkeit
7. Schizophrenie und wahnhaftige Störungen
8. Affektive Störungen (Depression/Manie)
9. Neurotische- und Belastungs-Störungen
10. Psychosomatische Störungen
11. Sexualstörungen
12. Persönlichkeitsstörungen
13. Kinder- und Jugendpsychiatrie (Behandlung und Besonderes)
14. Therapie (von den Krankenkassen anerkannte und andere Therapieformen, Psychopharmaka)
15. Suizidalität
16. Psychiatrische Notfälle
17. Gesetzeskunde, Rechte und Pflichten des psychotherapeutischen Heilpraktikers

Die Kapitel 5, 6, 7, 8 und 9 werden im Kurs eine besondere Bedeutung haben. Zu diesen Kapiteln werden auch verstärkt Fallbeispiele und Arbeitsblätter/Überprüfungstests gearbeitet. Schriftliche (Multiple choice) und mündliche Prüfung.



Teilnahmevoraussetzung:

Vorherige intensive Beschäftigung mit entsprechenden Themen und Interesse. Empfohlen: Psychologischer Yogatherapeut oder ähnliche Ausbildung. 162 UE.

Vorträge und Workshops zu den Themen sind von 8¹⁰-9²⁰ Uhr, Yogastunde von 9³⁰-11⁰⁰ Uhr Mittagsworkshops von 14⁰⁰-18⁰⁰ Uhr und am Abend von 21¹⁰ bis 22⁰⁰ Uhr. 7⁰⁰ bis ca. 8⁰⁵ Uhr sowie 20⁰⁰ bis ca. 21⁰⁵ Uhr Meditation, Mantra-Singen, Kurzvortrag.

Du bekommst ein Handbuch zu den obigen 17 Themen (Umfang ca. 200 Seiten), nebst Anlagen und Arbeitsblätter.



Empfohlene Bücher:

„Basiswissen Psychiatrie und Psychotherapie“ Arolt, Dilling, Reimer

„Psychiatrie und Psychotherapie“ Duale Reihe mit CD-ROM, von H. Jürgen Möller, Gerd Laux, Arno Deister.

„GK 3 Psychotherapie“, Originalprüfungsfragen mit Kommentar, Thomas Poehlke
"ICD 10"

Der Yoga Vidya Visharada-Studiengang

– Kenner der Wissenschaft des Yoga

Für besonders ernsthafte Aspiranten auf dem spirituellen Weg und Yogalehrer/innen, die besonders kompetent unterrichten wollen, haben wir den Yoga Vidya Visharada Studiengang eingerichtet. Er ist Orientierung, Leitlinie und Stütze für deinen gezielten, systematischen, persönlichen, spirituellen Fortschritt auf dem Weg zur Selbstverwirklichung. Du lernst die wichtigsten Yogaschriften kennen und in den Alltag zu integrieren. Du lernst sehr viel über das Unterrichten von Yoga und das Anleiten spiritueller Aspiranten. Gleichzeitig kannst du mit der stattlichen Gesamtstundenzahl von 1280 Unterrichtseinheiten (einschließlich der Yogalehrerausbildung) auch belegen, dass du ein Experte, eine Expertin des Yoga bist. Es ist gerade jetzt, wo es in Deutschland immer mehr Yogalehrer gibt, wichtig, dass mehr Yogalehrer noch tiefer gehen. Der Yoga Vidya Visharada Studiengang ist bausteinartig aufgebaut. Du kannst die verschiedenen Teile selbst zusammenstellen.

Zum Studiengang gehören folgende Bausteine:

- **Yoga Vidya 2-Jahres-, 3-Jahres- oder 2-Jahres-Bausteinausbildung** (bei Ausbildungen anderer Schulen müssen die Details besprochen werden)
- **Yoga Sutra Weiterbildung (WB)** (9 Tage oder 3 Wochenenden)
- **Bhagavad Gita WB** (9 Tage)
- **Upanishaden WB** (9 Tage)
- **Hatha Yoga Pradipika oder Gerandha Samhita WB** (9 Tage)
- **Viveka Chudamani oder Atma Bodha oder Aparoksha Anubhuti oder Yoga Vasishta WB** (9 Tage)
- **Meditationskursleiter-Ausbildung**
- **Kenntnis des Sanskrit-Alphabets**
- **Mind. 2 Yogalehrer-Weiterbildungsseminare in Yoga für spezielle Gruppen.** Z.B. Yoga für Kinder, Yoga für Schwangere, Yoga fürs Herz, Yoga für Senioren, Yoga-Therapie.
- **Eine Asana-Intensiv-Woche** (o. 3 Wochenenden)
- **Mindestens ein Ayurveda-Seminar**
- **4 Wochen Karma Yoga in einem Yoga Vidya Ashram** (kann auch wochenweise erfolgen)

Empfehlenswert (aber nicht verlangt):

- Besuch des Sivananda Ashrams Rishikesh

Für das Zertifikat sind zusätzlich erforderlich:

- Mindestens zwei Jahre Erfahrung im Unterrichten von Hatha Yoga Kursen
- Erfahrung im Anleiten von Meditation
- Mindestens drei Jahre ununterbrochene eigene Meditationspraxis
- Drei Jahre seit Beginn der Yogalehrer Ausbildung
- Insgesamt mindestens 1280 (bzw. 1380, s. nächster Punkt) Unterrichtseinheiten in Aus- und Weiterbildungen
- Eine Abschluss-Arbeit über Yoga von mindestens 50 DIN A4-Seiten, oder alternativ kann die Abschlussarbeit auch ersetzt werden durch weitere 100 UE aus diesen Bausteinen.

Unser Ausbildungsrat berät dich dabei gerne (ausbildung@yoga-vidya.de). Die Gebühren für diesen Studiengang setzen sich aus den Seminargebühren der einzelnen Bausteine zusammen. Betreuung, Beratung und Abschluss-Zertifikat: 80 € Gebühren.





Der Yoga Vidya Acharya-Studiengang

– Lehrer der Wissenschaft des Yoga

„Acharya“ bedeutet im Sanskrit „Lehrer/in“, „Gelehrter“ oder „Meister/in“, ähnlich dem „Meister“ im Handwerk, der ein umfassendes Wissen und Praxis in seinem Beruf besitzt und daher besonders qualifiziert ist, andere zu unterrichten und Auszubilden. „Acharya“ bezeichnet jemanden, der tiefes Wissen einer Disziplin erworben hat, in Theorie und Praxis, selbst regelmäßig über längere Zeit praktiziert und so die Dinge, die er lehrt und weiter gibt, nicht nur theoretisch weiß, sondern größtenteils auch selbst erfahren hat und daher seine eigene Intuition und Erfahrung in sein Leben und seinen Unterricht einfließen lassen kann.

Manchmal wird „Acharya“ auch als ein Titel für einen großen Guru verwendet – in diesem Sinn ist der Titel bei uns nicht zu verstehen.

Im Unterschied zu unseren anderen Ausbildungen sind die Acharya-Studiengänge nicht berufsbegleitend. Vielmehr schließen sie eine ununterbrochene Vollzeitmitarbeit bei Yoga Vidya von mindestens 3 Jahren mit ein. Ausbildungsunterricht, Assistenz, Unterrichtspraktikum, Supervision und Mitarbeit ergänzen sich ideal zu einer der fundiertesten und umfangreichsten Ausbildungen, die es auf dem Gebiet von Yoga und Ayurveda in Europa gibt.

Yoga Vidya bietet 3 Acharya Studiengänge an:

1. **Yoga Vidya Acharya**
2. **Yoga Vidya Ayurveda Acharya**
3. **Acharya Yoga Therapie**

Nähere Information auf Anfrage:
ausbildung@yoga-vidya.de

Das neu entstehende „Shivalaya“-Retreatzentrum

im Haus Yoga Vidya Bad Meinberg steht dir jederzeit für Rückzug, Stille, eigene Praxis zur Verfügung. Hier entsteht ein Ort der Stille und Einkehr, der für alle Menschen offen sein will, die eine Zeit lang mehr nach innen gehen und die Tiefe ihrer eigenen Seele spüren wollen.

Wie kannst du im Retreatzentrum mitpraktizieren?

Als Seminarteilnehmer/in in den Pausen oder komme einfach als Individualgast (ab 32 € pro Nacht, einschl. Unterkunft und Verpflegung). Die Teilnahme an den Programmen im Retreatzentrum ist kostenlos. Bei längeren Retreats wird Swami Nirgunananda, Zentrumsleiterin, dir gerne auch Tipps und spirituelle Anleitung geben. So kannst du hier in die Meditation besonders tief gehen.

Die Kursleiter



Sukadev Bretz ist Gründer und spiritueller Leiter von Yoga Vidya. Er versteht es wunderbar, tiefe Weisheit humorvoll weiterzugeben. Seine besondere Stärke ist es, Aspiranten zu intensiver Praxis zu motivieren, hinter allem einen höheren Sinn zu sehen und mehr Energie und Herz in den Alltag zu bringen. Er ist Autor von: „*Die Yoga-Weisheit des Patanjali für Menschen von heute*“, „*Das Yoga Vidya Asana Buch*“, und „*Yoga Geschichten*“. Schon als Kind hatte er spirituelle Erfahrungen. Als Jugendlicher war er von den Möglichkeiten des menschlichen Geistes fasziniert, übte Techniken des mentalen Trainings und Meditation. 12 Jahre lebte er in den Zentren seines Meisters Swami Vishnu-devananda, der ihn durch intensive spirituelle Praxis zu tiefer Erfahrung und Einsicht führte. 1992 gründete er die Yoga Vidya Zentren, um einen ganzheitlichen, lebensnahen Yoga zu lehren. Yoga Vidya hat inzwischen 3 große Yoga Ashrams, 80 Yoga Vidya Zentren und 10.000 ausgebildete Yogalehrer. Erlebe den dynamischen Begründer einer der führenden Yoga Bewegungen Europas.

In alphabetischer Reihenfolge nach Vornamen:



Adriaan van Wagenveld – Yogalehrer und sehr erfahren mit buddhistischer Meditation. Er hat in Plum Village bei Thich Nhat Hanh gelebt. Gibt seit 1995 Seminare und leitet dich sanft und liebevoll zu der reinen Wahrnehmung.



Amba Popiel-Hoffmann – Yogalehrerin (BYV) mit 19-jähriger kontinuierlicher Unterrichtspraxis. Gründerin und Leiterin des Yoga Vidya Centers in Darmstadt. Seit 1998 Ausbildungsleiterin. Mitwirkende am Buch „*Hormon Yoga*“ von Dinah Rodrigues. Sie ist immer wieder aufs Neue fasziniert von den Wirkungen des Yoga.



Andreas Heimburger – Erfahrener Yogalehrer und Ausbilder, Surya Namaskar Trainer, Heilpraktiker (i.A.). Er kann besonders gut die körperlichen und anatomischen Aspekte von Asanas und Sonnengruß vermitteln. Er ist spezialisiert auf intensives Hatha Yoga Üben und Unterrichten.



Anja Birkner – Yogalehrerin, Ayurveda-Gesundheitsberaterin, begeisterte Läuferin. *„Ich liebe die Leichtigkeit der Lebensfreude, aber auch die Kraft, die in der Stille liegt.“*



Anjana Christine Mayr – Heilpraktikerin, Physiotherapeutin, Yogalehrerin (BYV), Mediale Lebensberaterin, Osteopathin mit eigenem Zentrum für Osteopathie und Yoga in Eiselfing/Wasserburg am Inn. Yoga für Kinderkurse an Schulen. Fortbildungen in Osteopathie u. a. bei J.-P. Barral (D.O.), mehrmonatiger Aufenthalt im Institute of Yoga in Kaivalyadhama/Lonavla (Indien) zur Projektarbeit Yoga, Ayurveda und Osteopathie.



Brigitte Heitz – Yogalehrerin Kundenberaterin. Sie hat für sich selber Yoga als alternative Heilmethode erfahren und gibt gerne ihr Erfahrungswissen weiter.



Chandra Cohen – Vereint in sich intensive Praxis, jahrelange Schülerschaft bei Swami Vishnu-devananda und Swami Dayananda und genaue Kenntnis der Schriften. Lehrbeauftragter für indische Philosophie in New York. Er hat eine sehr humorvolle und dabei sehr klare Weise, dich zu deiner inneren Wahrheit zu führen.



Charry Ruiz – Yogalehrerin (BYV) mit Zusatzausbildung „Yoga mit Kindern“ in London. Als Mutter von 4 Kindern unterrichtet sie mit viel Humor und Begeisterung Menschen aller Altersstufen.



Christina Keulen – Dipl. Sozialpädagogin, Lauf- und Bewegungstherapeutin sowie Übungsleiterin. Sie arbeitet seit mehreren Jahren in der ambulanten Suchthilfe und setzt dort den Bewegungsaspekt erfolgreich ein.



Claudia Bauer – Staatl. Geprüfte Gymnastiklehrerin, Yogalehrerin (BYV) und Diakonin mit umfangreicher Erfahrung in Erwachsenen- und Bewegungs-Pädagogik. Unterrichtet seit 2004 Business Yoga in Form von Kursen, Tagungsbegleitung und Yogacoaching.



Claudia Persche – seit über 10 Jahren in der Erwachsenenbildung tätig. Ausgebildete Yogalehrerin, Yogatherapeutin, Ayurveda-Masseurin und -Gesundheitsberaterin. Seit vielen Jahren hat sie sich auf rückenfreundliches Yoga spezialisiert.



Daricha Zaremba – Beliebter Yogalehrer (BYV) und Ausbilder. Mit Liebe, Einfühlungsvermögen, Leichtigkeit, an den richtigen Stellen fordernd und dennoch humorvoll vermittelt er auch anstrengende Übungen und schwierige Inhalte kompetent und engagiert.



Durga Devi Wallburger – Yogalehrerin, und Yogatherapeutin mit 20 Jahren Erfahrung. Durch eigene Praxis hat sie die heilende Wirkung von Yoga erfahren.



Evelis Grohmann – Yogalehrerin (BDY, EYU, GGF) ausgebildet an verschiedenen Instituten u.a. (Principial G. S. College of Yoga, Kaivaljadhama. Leitende Mitarbeiterin des Forschungsprojekts „Lebensstiländerung bei KHK und deren Prävention“ an der Uni Düsseldorf.



Gauri Agulla Castro Eckardt – Gauri ist die „Shakti“, Leiterin und Hauptunterrichtende, Mitbegründerin des spanischen Yogaverbands A.I.P.Y.S. Sie war 15 Jahre lang direkte Schülerin

und persönliche Assistentin von Swami Vishnudevananda. Nach vielen Jahren intensiver eigener Yoga Übungs- und Unterrichtspraxis hat sie einen neuen Stil entwickelt, der die traditionellen Yoga-Prinzipien mit präzisen anatomischen Korrekturen verbindet.



Gauri Neidig – Yogalehrerin (SYVC) seit 1994. Begeisterte Mudra-Übende und Lehrende. Gauri steht seit 1975 auf der Theaterbühne, dreht fürs Fernsehen, ist Inhaberin einer Agentur die Schauspieler vermittelt.



Dr. Hans Kugler – Der Mitbegründer der Business Yogakooperation yogabiz ist seit 1990 in der Unternehmensberatung und Erwachsenenbildung tätig. Er unterrichtet Yoga seit dem Jahr 2000, besonders auch im betrieblichen Umfeld. Er hat sich in einem Aufbaustudium an der „Bihar Yoga Bharati“, Indiens erster Yogauniversität, schwerpunktmäßig mit Yoga für Stress- und Selbstmanagement beschäftigt.



Hans-Jürgen Klee – Kampfsporttrainer, Yogalehrer, Antigewalttrainer und Vater. Unterrichtet Yoga und Kampfkunst besonders für Kinder, bei denen er dank seines Humors, seiner liebevollen Zuwendung und gleichzeitig fordernden Art sehr beliebt ist.



Hans-Peter Bayerl – Der Mitbegründer der Business Yogakooperation yogabiz arbeitet seit 1998 als Kommunikationsberater und Fachjournalist. Ebenso lange praktiziert er Yoga. Seit 2003 ist Hans-Peter Bayerl zudem als Yogalehrer (BYV) in der Münchener Finanz-, Beratungs-, IT- und Medienbranche tätig. Sein Interessenschwerpunkt gilt den psychosozialen Aspekten von Yoga.



Harilalji – Yogalehrer und Yoga-Acharya der Sivananda-Tradition. An der bekannten sVYASA-Yoga-Universität in Bangalore/Indien absolvierte er seine Yoga-Therapie-Ausbildung.

Harilalji vermittelt die Yogaweisheit als ganzheitliches System. Er leitet einen kleinen Ashram in Kerala/Südindien und ist dort Dozent am Nagelil Ayurveda Medical College. Seine Lehrmethode beruht auf dem traditionellen indischen Gurukula-System. Daher legt er seinen Schwerpunkt mehr auf das Erfahren der Weisheit des Yoga als auf reine Wissensvermittlung.



Heinz Pauly – Yoga Vidya Acharya, Yogalehrer, Entspannungstherapeut, Klangmassage- und Gong-Ausbildung, begeisterter Wanderführer, Magister für Pädagogik, Germanistik und Philosophie, Mitarbeiter im Yoga Therapie Team.



Hridaya Loosli – Yoga Vidya Acharya. Erfahrener Yogalehrer und -ausbilder. Bekannt für inspirierende Yogastunden sowie anschauliche und verständliche Wissensvermittlung der Yogatheorie. Ist ausgebildet zum Meditationskursleiter, in indischen Ritualen, in Ayuryoga und in Lachyoga.



Ingrid Seemann – Ist Yogalehrerin, Gymnasiallehrerin und Phyllis Krystal Trainerin. Seit über 15 Jahren arbeitet sie mit dieser Methode in der Schule, beim Yogaunterricht und im privaten Bereich. Als Yogalehrerin arbeite sie daran Yoga in den pädagogischen Alltag zu integrieren.



Jyoti Maya Hartmann – Yogalehrerin (BYV), Weiterbildungen für Hormon Yoga und Menschen mit besonderen Beschwerden. Jyoti Maya praktiziert seit über 22 Jahren Yoga und leitet seit Jahren eine Yogagruppe mit geistig Behinderten.



Katyayani Ulbricht – Sehr erfahrene Yogalehrerin. Sie ist spezialisiert auf Yoga während und nach der Schwangerschaft und Yoga für den Beckenboden. Mit viel Fachkompetenz und Einfühlungsvermögen führt sie dich durch deine Yogapraxis. Ihre Teilnehmerinnen vertrauen sich ihr gerne an.



Kavita Pippon – Yogalehrerin (BYV). Beliebte und erfahrene Leiterin von Senioren-, Kinder- und Jugendlichen Yogakursen, Homöopathin, Naturerlebnispädagogin und Reiki-Meisterin. Unterrichtet mit viel Herz und Spass.



Keshava Schütz – Ist Leiter des Hauses Yoga Vidya Nordsee. Praktiziert seit über 25 Jahren Yoga. Nachdem er viel Sport, sowie Kampfkunst trainierte und ein Fitnesscenter leitete, fand er über Yoga den Weg zur Spiritualität. Mit viel Energie und wertvollen Tipps hilft er dir, Yoga in den Alltag zu integrieren. Mit Begeisterung und Enthusiasmus hilft er Menschen über ihre Grenzen hinaus zu wachsen und Bewusstsein für ihre verborgenen Fähigkeiten zu entwickeln. „Yoga: Watt willst du Meer!“



Lalita Furrer – Ballettlehrerin und -tänzerin, erfahrene Yogalehrerin und Ausbilderin, Tänzerin, Masseurin und Mutter. Sie wurde 1992 in den Sivananada Yoga Zentren ausgebildet. Ihre liebevolle Ausstrahlung und große Erfahrung im Unterrichten machen ihre Yogastunden zu einem besonderen Erlebnis. Besonders kompetent und beliebt ist sie im Unterrichten von fortgeschrittenen Asanas und Kinderyoga.



Leela Mata – Ist eine sehr intuitive spirituelle Lehrerin. Sie macht auch komplexe Inhalte einfach begreifbar, anwendbar und vielleicht am wichtigsten: erfahrbar. In ihrer Gegenwart kannst du nahezu anstrengungslos alte Verhaftungen loslassen. Emotionale Reinigung und spirituelle Erweckung geschehen fast von selbst. Und am Ende bist du durchdrungen von einem Gefühl von Frieden und innerer Kraft, mit dem du wie neugeboren den Alltag angehen kannst.



Lutz Hertel – Dipl. Psychologe (BDP), langjährige Erfahrungen in der Wirtschaft und seit 1990 Vorstandsvorsitzender des deutschen Wellnessverbandes, wissenschaftlicher Mitarbeiter der Uni Düsseldorf und verantwortlicher des „Ornish-

Programmes" zur erfolgreichen Anwendung bei Koronaren Herzkranzgefäß Erkrankungen und deren Prävention.



Madhavi Fritscher – Yogalehrerin (BYV), Business-Yoga. Sie unterrichtet Lach-Yoga und Kreistänze seit 2002 auf spiritueller Basis mit viel Herz und Humor. Sie liebt es, das Lachen aus dem Bauch mit der Freude im Herzen zu verbinden. Wir alle sind ein Lächeln Gottes und gehen dereinst wieder in sein Lachen ein.



Maha Devi Deemter – Ist seit über 20 Jahren freiberufliche Physiotherapeutin, langjährige Dozentin für Manuelle Therapie, Sportmedizin und Frauenheilkunde. Yogalehrerin, Entspannungskursleiterin, Beckenbodentrainerin für Männer und Frauen. Sie verbindet und integriert den Yogaweg mit klassischen Elementen aus der Physiotherapie.



Mahashakti Engeln – Heilpraktikerin, Yogatherapeutin und Yoga Vidya Acharya, Entspannungs-, Atem- und Meditationslehrerin, Langjährige Unterrichts- und Ausbildungserfahrung. Als Leiterin der Yogatherapie bei Yoga Vidya begleitet sie in Kursen und Einzelberatungen Menschen auf ihrem Weg zu verbesserter Gesundheit.



Maheshwara Mario Illgen – Leiter des Hauses Yoga Westerwald, Yoga Vidya Acharya, Meditationslehrer und langjähriger Ausbilder von Yogalehrern. Sein besonderes Interesse gilt der Meditation und dem Weg der Selbst-Erkenntnis (Vedanta). Er ist Diplom-Informatiker und Diplom-Wirtschaftsinformatiker und war lange im kaufmännischen Bereich und in der Wirtschaftsprüfung/Unternehmensberatung tätig.



Marcel Turnau – Als hauptamtlich unterrichtender Yogalehrer und Ausbilder strahlt Marcel die Freude aus, die ihm das Weitergeben und Unterrichten von Yoga bereitet. Engagiert und kompetent gibt er sein Wissen weiter.



Marion Weiß – Physiotherapeutin und Yogalehrerin BYV, arbeitet seit 15 Jahren intensiv mit körper- und mehrfachbehinderten Kindern. In ihrer Einrichtung gibt sie regelmäßig Yoga-kurse für diese Kinder und ihre Eltern.



Martin König – Orthopädietechniker und Yogalehrer (BYV). In seinem Unterricht verbindet Martin gute Kenntnisse in Yoga und Anatomie sowie der Krankheitslehre. Seine Stärken sind Flexibilität und Kreativität in Bezug auf geeignete Haltungsalternativen und ein unverkrampfter Umgang mit Behinderten.



Prof. Dr. Martin Mittwede – Religionswissenschaftler und Indologe. Er lehrt Vergleichende Religionswissenschaft an der Universität Frankfurt/Main, praktische Philosophie an der Universität Köln und ist ein profunder Kenner der indischen Philosophie und der vedischen Tradition. Medizingeschichtliche Forschung im Ayurveda, langjährige Erfahrungen in der medizinischen Fortbildung.



Matangi Eichberger – Leben, lieben, lachen. – Nach diesem Motto lebt und lehrt Matangi Yoga seit 5 Jahren, besonders für Kinder und Jugendliche. Sie gibt ihre Erfahrungen mit viel Empathie, liebevoller Achtsamkeit und herzlicher Klarheit weiter. Yogalehrerin (BYV), Entspannungskursleiterin EMYK® und andere Fortbildungen.



Mirijana Gieron-Hix – Ayurveda Medizinerin und Lichtgenetische Heilerin mit eigener Praxis in Gründau. Schon seit Jahren bietet sie Einzelcoachings zur spirituellen Erfolgsoptimierung an.



Monika Adele Camara – Yogalehrerin BYV, Tanzpädagogin, Erzieherin. Sie leitet das AFRIKUKO//INSTITUT – Europäisches Zentrum für Interkulturelle Tanz & Yogapädagogik – Forum für Afrika-Kunst-Kommunikation. Mit ihrem in Deutschland einmaligem Ansatz erforscht und lehrt

sie die energetische Seite des Afrikanischen Tanzes und seine Parallelen zum Klassisch indischem Yoga.



Dr. Nalini Sahay – Ist Yoga Meisterin und Doktor der Psychologie. Sie verbindet klassisches Yoga Wissen mit westlicher Psychologie und Medizin. Sie lernte in der Tradition von Swami Sivananda und Swami Satyananda. Nalini begeistert durch ihre Klarheit, praktischen Idealismus und ihre einfühlsame Art.



Narayan Poese – Langjähriger Yogalehrer (BYV) seit 2003 Kinderyogalehrer-Praxis an Grundschulen. Er gestaltet die Kinderyogastunden mit viel Freude und Spass und fundiertem Wissen in Praxis und Theorie.



Narayani – Direkte langjährige Schülerin von Swami Vishnu-devananda. Aufgrund ihrer langen und intensiven Asana-Praxis sowie 40 Jahren Unterrichtserfahrung verfügt Narayani über ein fundiertes Wissen, dass sie gerne an Ihre Schüler weitergibt. Ihre sanfte, ruhige und freudvolle Persönlichkeit ist einfach eine Inspiration.



Narendra Hübner – Ehemals Ballettlehrer und -tänzer, studierte Musik und Instrumentalpädagogik. Er praktiziert Yoga seit seinem 16. Lebensjahr, absolvierte die Sivanada Yogalehrer Ausbildung und unterrichtet seit 1992 Yoga mit großer Präzision in Kursen, Seminaren und Ausbildungen. Vielseitiger und kompetenter Yogalehrer und Ausbildungsleiter mit viel Erfahrung und Humor.



Nirmala Naumann – Erfahrene Yogalehrerin und Yogalehrer-Ausbilderin. Ihre Stunden sind einfühlsam, klar und exakt, geprägt auch durch ihre Ausbildung als psychologische Yogaberberaterin. *„Mit dem täglichen Tanz des Lebens erfahre ich das Wunder in jedem einzelnen Schritt. Ich erfreue mich dabei, das Büroteam zu unterstützen, Yoga-Erfahrungen zu teilen und das Licht der Liebe auf allen Ebenen zu verbreiten.“*



Padmakshi Berger – Leitet das Yoga Vidya Center Düsseldorf. Als erfahrene Yogalehrerin und Ausbilderin strahlt sie viel Weisheit aus. Sie praktiziert seit über 25 Jahren ganzheitlichen Yoga und ganz besonders mit Bhakti und Karma Yoga. Sie wurde in Indien und Deutschland zur Yogalehrerin und in speziellen Intensivkursen in angewandter Psychologie ausgebildet.



Punito Michael Aisenpreis – Coach, Therapeut und Trainer für Osteopathie, Rolwing®, NLP®, Hypnose, SE Trauma Therapie, Biofeedback. Stressreduktions-Berater, Gesundheitscoach, Kampfkunst- und Meditationslehrer. In eigener Praxis für Körper- und Psychotherapie seit 1981.



Ralf Sturm – Yogalehrer (BYV), Systemischer Berater. Als Familienvater hat er Partnerschaft und das Erkennen von Beziehungsthemen im Yoga zu seinem Schwerpunkt gemacht.



Ramdas Weichert – Er ist Diplom-sportwissenschaftler, Yogalehrer und NLP Master, systemischer Coach (DGSF) und Arbeitsplatzergonom in eigener Praxis und Unternehmensberatung. Verbindet moderne Methodik mit körperorientierter Diagnostik und psychosozialen Coaching.



Ravi Persche – Heilpraktiker, Yogalehrer (BYV) und Ayurveda-Therapeut. Seine Ayurveda-Ausbildung absolvierte er bei Dr. Balaji Tambe im Santalan Village in Indien. In Kaivalyadhama bei Lonavala studierte er therapeutische Anwendungen und Möglichkeiten des Yoga. Seit 1995 in selbständiger Praxis im Gesundheitsbereich tätig.



Rudolph Ravi von Schröder – Hat systemische Arbeit persönlich kennen und schätzen gelernt und arbeitet seit Jahren als Coach und systemischer Trainer mit Menschen unterschiedlichster Herkunft. Er hat die Verbindung von Yoga und systemischer Arbeit durch wiederholte Seminare bei Yoga

Vidya erfahren und überzeugt durch seine einfühlsame, vertrauensvolle und spirituelle Ausstrahlung.



Rosemarie Liebich – Yogalehrerin (BYV), Meditations- und Entspannungskursleiterin. Gibt ihre Erfahrungen gerne an andere weiter.



Sarada Serra – Yoga- und Ayurveda-therapeutin, Yoga- und Meditationslehrerin - Leiterin des Yoga Vidya Centers Tübingen sowie der Yogalehrer- und Yogatherapie Ausbildung.



Savitri Welzenbach – B.A.(phil.), Kulturwirtin und staatl. anerk. Heilpädagogin. Zusatzqualifikationen in Sprachförderung, Entspannungstraining, Erlebnispädagogik und Theaterarbeit. Langjährige Berufserfahrung in der sozialpädagogischen Arbeit mit Kindern und Jugendlichen. Gründung und Leitung des „Instituts für sozialpädagogische Weiterbildung, Beratung und Publizistik (ISWBP).“ Tätigkeit als Kinderbuchautorin und Verlegerin.



Shankara Wenzel – Yogalehrer (BYV), spiritueller Lebensberater, Meditations-, Entspannungs- und Atemkursleiter. Praktiziert und unterrichtet Yoga seit vielen Jahren mit viel Enthusiasmus und lebte mehrere Jahre in Indien. Er vermittelt Yoga mit viel Liebe und Achtsamkeit.



Shivakami Bretz – Yoga Acharya, Yoga Ausbildungsleiterin seit 1993, Heilpraktikerin (für Psychotherapie), ausgebildet in Hypnose und Gestaltberatung. Sie war lange Jahre im sozialen Bereich tätig, entdeckte dort ihre Freude, Menschen in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung zu unterstützen. Ihr Wissen über Yoga, Meditation und Ayurveda erwarb sie an führenden Schulen in Deutschland und Florida. Shivakami liebt es, Brücken zu bauen zwischen unterschiedlichen Traditionen wie Körperübungen und Selbstreflexion oder Raja Yoga und westlicher Psychologie. Seit 1993 gibt sie ihr umfangreiches Wissen in

den Yoga Vidya-Zentren weiter. Sie berät dich auch gerne in Einzelsitzungen. Für die Ashramgemeinschaft ist sie als Bereichsleiterin aktiv.



Shivapriya Große-Lohmann – Yogalehrerin (BYV), Ausbildungsleiterin, Lehrerin für Biologie und Chemie. Sie pflegt eine intensive Yogapraxis mit dem Schwerpunkt Hormonyoga und bringt eine langjährige Seminarerfahrung mit. Shivapriya beschäftigt sich seit Jahren mit Fragen der Stellung der Frau in unserer Gesellschaft.



Sibylle Dapp – Dipl. praktische Psychologin, Yogalehrerin, Atemkursleiterin und Buch-Autorin. *„In meiner Arbeit mit Menschen sehe ich immer wieder, dass Erschöpfung vermieden werden könnte, wenn Gefühle nicht unterdrückt und Energien positiv genutzt würden.“*



Simone Dreblow – Integrale Traumatherapeutin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, eigene naturheilkundliche Psychotherapiepraxis für Traumata und Psychosomatik in Berlin, Meditationskursleiterin (BYVG), psychotraumatologische Kriseninterventin.



Sitaram Kube – Langjähriger Yogalehrer, Seminarleiter und Ausbilder bei Yoga Vidya mit fundiertem und anschaulichem Unterrichtsstil. *„Als ehemaliger Förster bin ich weiterhin sehr naturverbunden. Durch Aufenthalte in Indien entstand mein enger Bezug zu Mantras und Ritualen. Swami Sivanandas Lehre ist ein großer Segen!“*



Sundaram – Musiker. Wenige Musiker können uns die Schönheit und Hingebung der Mantras so intensiv vermitteln. Aufnahme und Herausgabe mehrerer Mantra-CDs. Die Stimme von Sundaram ist unglaublich rein, so aufrichtig, dass sie das Herz öffnet. Wenn man ihn die Mantras singen hört, dann kennt man den Klang wahrer Hingabe.



Susanne von Somm – Yogalehrerin der Sivananda-Tradition, Gesundheitstrainerin, Kundalini-Schwangeren-Yogalehrerin und Geburtsvorbereiterin, Lehrerin für Beckenbodenyoga. Erfahrene Kurs- und Seminarleiterin.



Susanne Sirringhaus – Arbeitet als Seminarleiterin für Coaching-Techniken und Nonverbaler Kommunikation und gibt Einzelcoaching in ihrer Praxis in Hattingen. Seminarteilnehmer schätzen die Präzision ihrer Arbeit, ihr Einfühlungsvermögen und ihren Humor.



Swami Atma Swaruparamananda – Langjähriger Schüler von Swami Vishnu-devananda. Reichhaltige Erfahrung in der Ausbildung von Yogalehrern und Leitung von Yoga-Zentren. Aktuell lebt er in Deutschland und unterrichtet international, vor allem in Europa. Humorvoller, einfühlsamer und doch fordernder Yogalehrer.



Swami Govindananda – Aus Kerala, Südindien, ist direkter Schüler von Swami Vishnu-devananda und begann sein Ashram-Leben 1987, nach einem Studium der Physik und einem Abschluss in Pädagogik. 23 Jahre lang lehrte er Yoga in den Sivananda Yoga Zentren rund um die Welt und bildete tausende von Yogalehrern aus. Seine Schüler lieben ihn als ein seltenes Juwel an Integrität und Wahrheit.



Swami-Nirgunananda Saraswati – die du vielleicht noch als Suguna kennst, wie sie vor ihrer Swami-Weihe im Juli 2011 hieß – leitet das neue Yoga Vidya „Shivalaya“-Retreatzentrum in Bad Meinberg. Durch intensive eigene Praxis strahlt sie eine starke spirituelle Kraft aus. So kannst du in der Meditation besonders tief gehen. Bei längeren Retreats gibt sie dir gerne auch Tipps und spirituelle Anleitung. In Seminaren, Aus- und Weiterbildungen vermittelt sie ganzheitliche Spiritualität und Wissen lebendig, klar und alltagsbezogen.



Swami Saradananda – Eine inspirierende Lehrerin, die dazu ermuntert, die eigene Yogapraxis auszubauen und zu verfeinern. In ihrem Unterricht bezieht sie mit viel Humor die uralten philosophischen Weisheiten auf die Erfahrungen unseres täglichen Lebens. Sie unterrichtet seit mehr als 30 Jahren Yoga und ist die ehemalige Leiterin des Sivananda Yoga Zentrums und Meisterschülerin Swami Vishnu-devanandas. Sie hat zahlreiche Bücher veröffentlicht. Ihre neuesten Publikationen „*Chakra Meditation*“ und „*The Power of Breath*“ sind kürzlich erschienen.



Swami Yogaswarupananda – Indischer Yogameister von hohem Verwirklichungsgrad. Er hat eine wunderbare einfache, klare, einprägsame Weise, mit vielen Beispielen und Geschichten höchste Einsichten zu vermitteln. Seine ganze Persönlichkeit strahlt Liebe, Güte, Freude, Ruhe und Weisheit aus. So inspiriert er dich allein durch seine Gegenwart und Ausstrahlung. Seine Vorträge sind von einem tiefen Empfinden, Liebe für die höchste Wirklichkeit und Klarheit des Denkens geprägt. So kannst du die Tiefen des spirituellen Lebens wirklich erfahren.



Thomas Hellmig – Seit über 15 Jahren auf dem Yoga-Weg. In seinen Unterricht als Yogalehrer und -Ausbilder fließt seine Erfahrung aus langjähriger Unterrichtspraxis und als Yogatherapeut ein.



Thomas Hundsalz – Erfahrener Sänger und Musiker, spielt schon seit 40 Jahren Gitarre und gibt seit zehn Jahren Seminare für Gesang & Stimmbildung.



Uli Schuchart – Seine Erfahrungen als Yogalehrer in verschiedenen Traditionen machen seinen Unterricht sehr facettenreich. Mehrere Klosteraufenthalte in Asien. Studium der Philosophie und Sinologie.



Dr. Uma Grahovac – Leitet seit Jahren eine Paar- und familientherapeutische Praxis. Sie ist Yogalehrerin, NLP Master und Kommunikationstrainerin (DVNLP), Master-Coach und Systemische Paar- und Familientherapeutin (DGSF). Uma vermittelt komplexes Wissen mit viel Humor, Kreativität und Einfühlungsvermögen.



Ulla Cremer – Diplom-Psychologin, Gestalt- und Verhaltenstherapeutin mit 20 Jahren Berufserfahrung in der Psychotherapie. Regelmäßige Fortbildungen auch in schamanischem Heilweisen, Heilung durch Achtsamkeitspraxis, Yogalehrerin i.A.



Ute C. Gerhardt – Arbeitet in einer Managementfunktion im Personalwesen eines IT-Konzerns. Sie ist zertifizierter systemischer Coach und Trainerin, Yogalehrerin (BYV), Entspannungskursleiterin (GBYV), Hormon-Yoga-Trainerin nach Dinah Rodrigues. Sie bringt sehr viele Erfahrungen aus beiden Welten mit und hat die Gabe diese wunderbar ihren Kursteilnehmern zu vermitteln.



Vani Devi Beldzik – Yogalehrerin. *„Mit vielen Erfahrungen aus der Kranken- und Altenpflege kommend auf der Suche nach alternativen Wegen bin ich glücklich in der Yogawelt gelandet. Es bereitet mir viel Freude mein erlerntes Wissen an Andere weiter geben zu können.“*



Werner Leben – Yogalehrer (BYV), Heilpraktiker und Heilpraktiker für Psychotherapie. Diverse Yoga-Weiterbildungen. Reiki-Lehrer/Meister (u. a. bei Dr. Barbara Ray). Weitere naturheilkundliche/psychotherapeutische Ausbildungen, u. a. in Bachblüten und im NLP. Langjährige Unterrichtspraxis und Ausbildung von Entspannungs-Übungsleitern.



Wolfgang Kessler – Yogatherapeut und Yogalehrer, spezialisiert auf Yoga für den Rücken, Anatomie/Physiologie. Aus eigener Erfahrung kann er dir besonders hilfreiche Ratschläge bei Rückenbeschwerden geben.



Wolfgang Seemann – Lehrer am Gymnasium für die Fächer Französisch, Deutsch, Sozialwissenschaften und Politik. Seit 2007 ist er ausgebildeter Yogalehrer und versucht, im Schullalltag Jugendlichen die Vorzüge von Yoga nahe zu bringen. Ausbildung in klassischer Gitarre an der Musikschule Bielefeld und 20 Jahre als Gitarrenlehrer an der Musikschule in Bad Driburg tätig.

Weitere erfahrene Yogalehrer/innen unterstützen die Seminarleiter bei Yogaunterricht und Vorträgen.

Alle als Yogalehrer-Weiterbildung geeigneten Seminare*

- 25.12.11-1.1.12 BM Atemkursleiter
- 30.12.11-6.1.12 NO Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 1.-6.1.12 BM Kursleiter Kirtan und Mantrasingen
- 1.-6.01.212 BM Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev
- 1.-10.1.12 BM Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A2 - Die Weisheit der Upanishaden
- 13.-15.1.12 WW Raja Yoga 1
- 20.-22.1.12 WW Ayuryoga
- 22.1.-29.1./3.2.12 BM Meditationskursleiter
- 22.-27.1.12 NO Yoga für den Rücken
- 27.-29.1.12 NO Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 27.-29.1.12 NO Hatha Yoga und Sport
- 27.-29.1.12 WW Yoga mit Jugendlichen
- 29.1.-3.2.12 WW Entspannungskursleiter
- 29.1.-3.2.12 BM Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson
- 3.2.-5.2.12 BM Klangtherapie im Yogaunterricht
- 3.-5.2.12 WW Yoga für Schwangere
- 3.-5.2.12 BM Yoga und Kampfspiele für Kinder und Jugendliche
- 10.-12.2.12 BM Business Yoga Basisseminar
- 10.-12.2.12 WW Yoga mit Kindern
- 12.-17.2.12 BM Autogenes Training Kursleiter
- 17.-19.2.12 BM Bhagavad Gita
- 17.-19.2.12 BM Gesang und Stimmbildung intensiv
- 17.-22.2.12 BM Lachyoga Übungsleiter
- 17.-26.2.12 BM Rückenkursleiter Ausbildung
- 17.-19.2.12 BM Yoga bei MS (Multiple Sklerose)
- 19.-24.2.12 BM Entspannungskursleiter
- 24.-26.2.12 BM Yoga für Kinder mit ADS/ADHS
- 24.-26.2.12 BM Chakra-Yoga - Schwerpunkt Muladhara und Swadhisthana
- 24.-26.2.12 NO Erfolg im Leben und Selbstverwirklichung
- 24.-26.2.12 BM Yoga Nidra - Schlaf des Yogi
- 24.-26.2.12 WW Raja Yoga 2
- 24.-26.2.12 BM Unterrichten von Yoga für Fortgeschrittene
- 24.-26.2.12 BM Yoga für Schwangere
- 24.-26.2.12 BM Yoga und Viszerale Osteopathie
- 26.2.-4.3.12 BM Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie
- 2.-4.3.12 WW Yoga für Senioren - YLWB
- 4.-9.3.12 BM Entspannungstraining mit Yoga-Elementen für Kinder und Jugendliche (EMYK) Teil 1
- 9.-11.3.12 BM Anfänger unterrichten
- 9.-11.3.12 BM Energieschutz
- 9.-16.3.12 BM Yogatherapie bei Rückenproblemen und Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates
- 16.-18.3.12 NO Anatomie und Physiologie für Yogalehrer
- 16.-18.3.12 NO HighTech Yoga
- 16.-18.3.12 BM Prüfungswochenende der Yoga Therapieausbildung
- 16.-18.3.12 BM Yoga für Erschöpfte - Entspannung und Kraft tanken
- 18.-23.3.12 BM Asana Intensiv mit Narayani
- 23.-25.3.12 BM Yoga mit Kindern
- 23.-25.3.12 BM Yogatherapie Einführung
- 25.-30.3.12 BM ADS/ADHS-Berater/in-Ausbildung
- 25.3.-1.4.12 BM Spirituelle Coaching Ausbildung
- 25.3.-1.4.12 BM Surya Namaskar Instructor
- 25.3.-1.4.12 BM Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen
- 30.3.-8.4.12 BM Kinderyogalehrer WB Intensiv A
- 30.3.-6.4.12 BM Rückbildung mit Yoga für junge Mütter und ihre Säuglinge
- 30.3.-8.4.12 WW YLA Weiterbildung Intensiv A1
- 1.-8.4.12 NO Atemkursleiter
- 1.-15.4.12 BM Kinder Yoga Übungsleiter
- 1.-6.4.12 BM Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter
- 1.-6.4.12 BM Pranayama Weiterbildung



* Einige der Weiterbildungen sind in der Ausbildungs- oder Hauptbroschüre beschrieben.

- 1.-4.4.12 BM Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten
- 5.-8.4.12 WW Vedanta intensiv - gelebte Wahrheit
- 6.-8.4.12 BM Chakra-Yoga - Schwerpunkt Swadhistana und Manipura
- 6.-9.4.12 BM Rücken-Hygiene: Gesunderhaltung, Vorbeugung, Regeneration
- 6.-9.4.12 BM Selbstbewusstsein und Stärke entwickeln
- 6.-15.4.12 BM Yogalehrer WB Intensiv E: Bhakti Sutras
- 6.-8.4.12 NO Yoga mit Kindern
- 8.-15.4.12 BM Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden
- 8.-13.4.12 BM Die Kunst des Lebens - Vedanta mit Swami Tattvarupananda
- 8.-15.4.12 BM Yoga Nidra WB
- 8.-11.4.12 WW Yogallo - Kinderyoga für Erwachsene
- 13.-15.4.12 BM 3 Körper und 5 Hüllen in der Asanapraxis
- 13.-15.4.12 WW Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 13.-22.4.12 BM Senioren Yoga Übungsleiter/in
- 13.-15.4.12 BM Yoga für den Rücken
- 15.-20.4.12 BM Entspannungskursleiter
- 20.-22.4.12 BM Entspannungstraining mit Yoga-Elementen für Kinder und Jugendliche (EMYK)Teil 2
- 20.-22.4.12 BM Hormon Yoga Basisseminar
- 20.-22.4.12 BM Jnana Yoga und Vedanta
- 20.-22.4.12 WW Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 20.-22.4.12 BM Selbstreflexion und psychologische Arbeit mit Hatha Yoga
- 22.-27.4.12 WW Ayur Yoga Ausbildung
- 22.-27.4.12 NO Entspannungskursleiter
- 27.-29.4.12 BM Ayurveda Meditationstechniken
- 27.-29.4.12 WW Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management
- 27.-29.4.12 WW Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 27.-29.4.12 BM Yoga für körper- und schwerbehinderte Kinder
- 29.4.-4.5.12 WW Asana Intensiv mit Narayani
- 4.-6.5.12 BM Mudra-Yoga
- 4.-6.5.12 BM Sanskrit
- 4.-6.5.12 WW Yoga für Schwangere
- 4.-6.5.12 BM Spiritualität und Geld
- 6.-13./18.5.12 NO Meditationskursleiter



- 6.-13.5.12 BM Rücken-Yoga Lehrer/in Ausbildung Teil 1
- 11.-13.5.12 BM Move easy - AcroYoga
- 13.-20.5.12 BM Business Yoga - Intensiv G - Praktische Gesundheits-Yoga Konzepte
- 13.-18.5.12 BM Entspannungskursleiter
- 18.-20.5.12 WW Neue Asanas unterrichten
- 20.-27.5.12 BM Yoga bei psychischen Problemen
- 25.-28.5.12 BM Bhagavad Gita mit Swami Yogaswarupananda
- 25.-27.5.12 BM Chakra-Yoga - Schwerpunkt Manipura und Anahata
- 25.-28.5.12 WW Gesang und Stimmbildung intensiv
- 25.-27.5.12 NO Raja Yoga 1
- 25.5.-3.6.12 BM Weiterbildung Intensiv C - Bhagavad Gita
- 25.-27.5.12 BM Yoga und soziales Training im Umgang mit Jugendlichen
- 27.5.-1.6.12 NO Korrekturen lernen
- 1.-3.6.12 BM Asana Exakt
- 1.-3.6.12 BM Business Yoga Kongress
- 1.6.12 3.6.12 WW Yoga mit Kindern
- 1.3.6.12 BM Einführung in die Yogatherapie
- 3.8.6.12 BM Entspannungskursleiter
- 8.-10.6.12 BM Yoga Nidra - Schlaf des Yogi
- 15.-17.6.12 BM/NO Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 15.-29.6.12 BM Sadhana Intensiv
- 15.-17.6.12 WW Yoga für den Rücken
- 22.-24.6.12 BM Fortg. Tiefenentspannungstechniken erfolgreich vermitteln
- 22.-24.6.12 BM Yogatherapie bei Kurzsichtigkeit
- 24.6.-1.7.12 WW Meditationskursleiter
- 24.6.-6.7.12 WW Meditationskursleiter
- 24.6.-22.7.12 BM Yogatherapie Ausbildung
- 29.6.-1.7.12 WW Hormonyoga Intensiv

- 29.6.-1.7.12 BM Neue Stellungen einführen
 29.6.-1.7.12 WW Yoga für den Rücken - bei Bandscheibenvorfall, Hexenschuß, Ischias
 29.6.-8.7.12 BM YLA Weiterbildung Intensiv B - Hatha Yoga Pradipika
 29.6.-1.7.12 NO Yoga mit Kindern
 1.-8.7.12 BM Hormon Yoga Lehrer/in
 1.-6.7.12 BM Progressive Muskelentspannung
 1.-8.7.12 BM Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie
 1.-6.7.12 BM Statik ist Dynamik im Gleichgewicht



- 6.-8.7.12 WW Asana Exakt
 6.-8.7.12 BM Business Yoga Basisseminar
 6.-15.7.12 BM Übungsleiter Yoga für Jugendliche
 6.-8.7.12 BM Yoga mit Jugendlichen
 6.-8.7.12 NO Einführung in die Yogatherapie
 8.-13.7.12 NO Bhagavad Gita mit Acharya Harilalji
 8.-13.7.12 WW Entspannungskursleiter
 8.-13.7.12 BM Unterrichten von fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga
 8.-13.7.12 BM Stimm- und Sprechtraining
 13.-15.7.12 BM Kopfstand lernen
 13.-15.7.12 WW Kundalini Yoga Fortgeschrittene
 13.-15.7.12 NO Yoga Nidra - Schlaf des Yogi
 13.-22.7.12 BM Weiterbildung Intensiv A6/F6 - Aparoksha Anubhuti
 13.-15.7.12 WW Yoga für den Rücken
 15.-20.7.12 BM Entspannungskursleiter
 15.-20.7.12 BM Meditative Tiefe in den Yogaunterricht bringen
 20.-22.7.12 NO Im Lotus des Herzens

- 20.-22.7.12 BM Mantras als Kraftquelle für Yogastunden
 22.-27.7.12 BM Geheimnis der Geisteskontrolle
 22.7.-5.8.12 BM Kinder Yoga Übungsleiter
 22.-29.7./3.8.12 BM Meditationskursleiter
 22.-29.7.12 BM Yoga Personaltrainer Ausbildung
 22.-29.7.12 BM Yogatherapie bei Erkrankungen der Atemorgane
 27.-29.7.12 NO Raja Yoga 2
 27.7.-5.8.12 BM Weiterbildung Intensiv H - Gheranda Samhita
 29.7.-5.8.12 BM Business Yoga - Weiterbildung Intensiv E
 29.7.-3.8.12 WW Hatha Yoga Unterrichtstechniken
 1.-5.8.12 BM Physioga - Yoga und Physiotherapie für den Rücken
 3.-5.8.12 BM Chakra-Yoga - Schwerpunkt Anahata und Vishuddha
 3.-10.8.12 NO Yoga für Schwangere
 3.-10.8.12 BM Spirituelle Lebensberatung
 3.-12.8.12 BM YLA Weiterbildung Intensiv A2 - Die Weisheit der Upanishaden
 10.-19.8.12 BM Chakra-Kur - Reinigung der Chakras
 10.-12.8.12 NO Gesang u. Stimmbildung intensiv
 10.-17.8.12 BM Yoga fürs Herz nach Dr. Dean Ornish
 10.-12.8.12 NO Yoga mit Jugendlichen
 12.-17.8.12 BM Erlebnispädagogik Ausbildung
 12.-19.8.12 BM Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden
 12.-17.8.12 WW Dancing Feet - Kinderyoga
 12.-19.8.12 BM Die Einzelberatung in der Psychologischen Yogatherapie
 12.-17.8.12 NO Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer
 17.-19.8.12 BM Die Biomechanik des Yoga
 17.-19.8.12 BM Hormon Yoga Basisseminar
 17.-24.8.12 BM Yoga Nidra
 17.-19.8.12 NO Yoga für Senioren
 17.-19.8.12 BM Prüfungswochenende der Yoga Therapieausbildung
 19.-24.8.12 BM Entspannungskursleiter
 19.-24.8.12 BM Klangtherapie im Yogaunterricht - YLWB intensiv
 19.-26.8.12 BM Rücken-Yoga Lehrer/in Ausbildung Teil 2
 19.-24.8.12 WW Sanskrit Intensiv-Woche mit Swami Atma

- 19.-24.8.12 NO Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten
- 24.-31.12 BM Prana Heilung
- 24.-26.8.12 BM Yoga mit Kindern
- 26.8.-2.9.12 BM Atemkursleiter
- 26.-31.8.12 BM Pranayama
- 26.8.-2.9.12 BM AYTМ Passive Yoga Therapie
Ausbild. Baustein 2: Grundlagen
- 31.8.-9.9.12 BM Schwangeren Yoga Übungsleiter/in
- 2.-16.9.12 BM Heilpraktiker Psychotherapie
- 2.-9.9.12 BM AYTМ Passive Yoga Therapie
Ausbild. Baustein 3: Vertiefung
- 2.-9.9.12 BM Yoga Nidra Aufbaukurs
- 7.-14.9.12 WW Atemkursleiter
- 7.-9.9.12 NO Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen
- 7.-9.9.12 BM Yoga für den Rücken - bei Bandscheibenvorfall, Hexenschuß, Ischias
- 7.-16.9.12 BM Weiterbildung Intensiv F4 - Viveka Chudamani und Asanas Intensiv
- 7.-9.9.12 BM Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkerkrankungen
- 9.-14.9.12 BM Asana Intensiv mit Narayani
- 9.-14.9.12 NO Pawanamuktasana
- 14.-16.9.12 NO Asanas für Leute die es wissen wollen
- 14.-16.9.12 BM Yoga und der Heilige Franziskus
- 14.-16.9.12 BM HighTech Yoga
- 14.-16.9.12 BM Indische Schriften und Philosophiesysteme
- 14.-16.9.12 WW Raja Yoga 3
- 14.-16.9.12 BM Yoga nach der Geburt - Rückbildung mit Yoga
- 16.-21.9.12 BM Männer Yoga - Wie unterrichtet man Männer
- 21.-23.9.12 BM Asana Exakt
- 21.-23.9.12 BM Traumata - Heilung und Chance
- 21.-23.9.12 BM Yoga für körper- und schwerbehinderte Kinder
- 23.-28.9.12 WW Autogenes Training Kursleiter
- 23.-28.9.12 BM Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev
- 28.-30.9.12 BM Erfolg im Leben und Selbstverwirklichung
- 28.-30.9.12 BM Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer
- 28.9.-7.10.12 WW YLWB Intensiv D - Raja Yoga
- 28.-30.9.12 WW Yoga fürs Herz
- 30.9.-5.10.12 BM Entspannungskursleiter
- 30.9.-5.10.12 NO Fortgeschrittene Yogalehrer-Ausbildungswoche
- 30.9.7.10.12 BM Yoga bei psychischen Problemen
- 5.-7.10.12 BM Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen
- 5.-7.10.12 BM/NO Yoga Nidra - Schlaf des Yogi
- 5.-14.10.12 BM Weiterbildung Intensiv F7 - Yoga Vasishta
- 5.-7.10.12 BM Yogallo - Kinderyoga für Erwachsene
- 5.-7.10.12 BM Yogatherapie Einführung
- 7.-12.10.12 BM Yoga für Senioren - YLWB
- 7.-14.10.12 BM Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen und Erkrankungen des Verdauungssystems
- 12.-14.10.12 WW Anfänger unterrichten
- 12.-14.10.12 BM Gründungsseminar für Yogalehrer und Gesundheitsberufe
- 12.-19.10.12 WW Hormon Yoga Lehrer/in
- 12.-21.10.212 BM Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv C
- 12.-14.10.12 BM Yoga mit Kindern
- 19.-21.10.12 WW Jnana Yoga und Vedanta
- 19.-21.10.12 NO Kundalini Yoga Fortgeschrittene
- 19.-21.10.12 BM Yoga für den Rücken
- 21.-26.10.12 BM Yoga Vidya Bodywork - Partner Asanas
- 26.-28.10.12 NO Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management
- 26.-28.10.12 WW Hatha Yoga Unterrichtstechniken
- 26.-28.10.12 WW Jnana Yoga und Vedanta
- 26.10.- 2.11.12 BM Yoga für Schwangere
- 26.-28.10.12 BM Tat Twam Asi



- 26.-28.10./2.11.12 BM Yoga und Viszerale Osteopathie
- 28.10.-2.11.12 BM Yoga und Viszerale Osteopathie - Aufbaukurs mit Vertiefung
- 28.-31.10.12 WW Bhakti Yoga
- 28.10. 4.11.12 BM Nada Yoga Grundausbildung
- 2.-4.11.12 WW Jnana Yoga und Vedanta
- 4.-9.11.12 WW Entspannungskursleiter
- 9.-11.11.12 WW Anatomie und Physiologie für Yogalehrer
- 9.11.-11.11.12 BM Schauspieltraining für Yogis
- 16.-18.11.12 NO Yoga für Kinder mit ADS/ADHS
- 16.-18.11.12 WW Gesang und Stimmbildung Intensiv
- 18.-23.11.12 BM Lachyoga Übungsleiter
- 23.-25.11.12 BM Chakra-Yoga - Schwerpunkt Vishuddha und Ajna
- 23.-25./28.11.12 BM Yoga Nidra - Schlaf des Yogi
- 23.-25.11.12 WW Sanskrit
- 23.-25.11.12 BM Hatha Yoga und Sport
- 23.-25.11.12 WW Yoga für Rückbildung nach Schwangerschaft
- 25.-30.11.12 BM Dhyana Yoga
- 25.-30.11./2.12.12 NO Sadhana - intensive Praxis
- 30.11.-9.12.12 BM Senioren Yoga Übungsleiter/in
- 30.11.-9.12.12 NO Weiterbildung Intensiv A5 - Atma Bodha
- 30.11.-2.12.12 BM Yoga für Senioren
- 7.-9.12.12 BM Yoga mit geistig behinderten Erwachsenen
- 7.-9.12.12 BM Klangtherapie im Yogaunterricht
- 14.-16.12.12 BM Bhakti Yoga
- 14.-16.12.12 BM Rolli Yoga
- 14.-19.12.12 BM Sucht sucht Bewegung - ambulante Suchthilfe mal anders
- 14.-16.12.12 BM Yoga mit Kindern
- 21.-23.12.12 BM Energieerweckung durch Chakra-Konzentration und intensives Pranayama
- 23.-30.12.12 BM Atemkursleiter
- 23.-28.12.12 BM Selbstbewusstsein und Stärke entwickeln
- 26.-31.12.12 BM Entspannungskursleiter
- 26.12.12.-2.1.13 BM Indische Rituale Ausbildung
- 30.12.12.-2.1.13 BM Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten



Yoga Vidya Seminarhäuser

Yoga Vidya Bad Meinberg

Das Haus Yoga Vidya Bad Meinberg liegt wunderschön idyllisch am Rande des Kurstädtchens Bad Meinberg, umgeben von dem riesigen Park „Silvicum“. In der Nähe sind die Externsteine, Naturwunder und Kultort seit germanischer und mittelalterlicher Zeit. Das Haus bietet sehr viel Platz und Komfort, starke spirituelle Schwingung und Energie, die für eine intensive Weiterbildung nötig ist. Etwa 10 Minuten zu Fuß ist das Thermal-Mineralbad „meinbad“ mit Saunalandschaft. Das Haus Yoga Vidya ist zentral gelegen und gut per Bahn und Auto erreichbar. Günstige Busverbindungen ab Berlin, Ruhrgebiet, Hamburg, Bremen u.a. Billigflüge nach Paderborn (1,5 Zugstunden von Bad Meinberg). Abholung ab Bahnhof Horn-Bad Meinberg ist kostenlos möglich.

✉ Yoga Vidya Bad Meinberg, Wällenweg 42, 2805 Horn-Bad Meinberg
Tel.: 05234/87-0, Fax: -1875

Yoga Vidya Westerwald

Das Haus Yoga Vidya Westerwald bietet dir die ideale Umgebung für die intensive Praxis: Es liegt absolut ruhig inmitten des lieblichen Grenzbachtals im Naturparadies Rhein-Westerwald. Im Sommer können bei schönem Wetter die Yogastunden, Vorträge, Mahlzeiten und Meditationen auch auf einer großen Wiese vor dem Haus oder auf der Sonnenterrasse stattfinden. Etwa 5 km von der A3 Autobahnabfahrt Neuwied-Altenkirchen. Die Abholung ab Bushaltestelle Horhausen (Kardinal-Höffner-Platz) ist kostenlos möglich. Für die Bahnhöfe Montabaur und Neuwied wurden Taxi-Sonderkonditionen ausgehandelt. Details siehe www.yoga-vidya.de/center/haus-westerwald/anreise

✉ Yoga Vidya Westerwald, Gut Hoffnungstal, 57641 Oberlahr
Tel.: 02685/8002-0, Fax: -20

Yoga Vidya Nordsee

war früher ein Bauernhof, welcher in den Siebziger Jahren zu einem Hotel/Pension umgebaut wurde. Es bietet eine familiäre, spirituelle und naturnahe Atmosphäre. Zum Grundstück gehören wunderschöne Rasenflächen, Kinderspielfeld, Obstwiese und herrliche alte Bäume. Der lichtdurchflutete große Yogaraum mit Blick über das weite flache Land, das liebevoll geführte Ayurveda- und Yogacafé, die frische Pranareiche Nordseeluft, Wattwanderungen, machen deinen Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis. Abholung ab Bahnhof Wilhelmshaven (13 €) möglich.

✉ Yoga Vidya Nordsee, Wiarder Altendeich 10, 26434 Horumersiel
Tel.: 04426/90416-10, Fax: -140



Teilnahmebedingungen/Rückerstattung

Teilnahmebedingungen

Während der Seminare vollständiger Verzicht auf Alkohol, Rauchen, Drogen, Fleisch, Fisch, Eier. Die Weiterbildung wird nur als solche anerkannt und bescheinigt, wenn du an allen Unterrichtseinheiten vollständig teilnimmst. Es ist daher auch nicht möglich, später an- oder früher abzureisen (außer natürlich, du legst keinen Wert auf die Bescheinigung). Integraler Bestandteil sind Meditation und Mantrasingen morgens und abends sowie täglich eine $\frac{3}{4}$ Stunde Mithilfe (Karma Yoga) bei den Arbeiten im Haus. Bei Nichtbeachten der Teilnahmebedingungen kann der Teilnehmer vom Kurs ausgeschlossen werden. In diesem Fall, wie auch bei vorzeitigem Abbruch des Kurses, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung.

Bitte beachte, dass es für die „Ausübung der Heilkunde“ in Deutschland gesetzliche Bestimmungen gibt. Die Weiterbildungen berechtigen nicht zur Ausübung der Heilkunde in Deutschland, wenn man die Zulassung durch die zuständigen staatlichrechtlichen Organe nicht besitzt, also nicht niedergelassener Arzt, Psychologe, Heilpraktiker oder Psychotherapie-Heilpraktiker ist.

Rückerstattung

Rücktritt und Rückzahlung bis zwei Wochen vor Seminarbeginn 25 € Stornogebühr. Rücktritt und Rückzahlung bei weniger als zwei Wochen bis zum Seminarbeginn 50 % Rückerstattung. Umbuchungen und Gutschriften bis zwei Wochen vor Seminarbeginn kostenlos. Umbuchungen bei weniger als zwei Wochen bis zum Seminarbeginn oder Rücktritt mit Gutschrift 15 € Bearbeitungsgebühr.

Bildung zum halben Preis!

Bildungsprämien bei Yoga Vidya



Die Chance für alle, die sich für eine Yoga Vidya Aus- oder Weiterbildung interessieren: Seit Januar 2010 fördert die Bundesregierung Weiterbildungsmaßnahmen für Berufstätige mit Bildungsprämien Gutscheinen. Wer berufstätig ist und weniger als 25.600 € im Jahr verdient, kann sich Weiterbildungen aller Art vom Staat mitfinanzieren lassen – zu 50%.

Die Weiterbildung muss nicht unbedingt zum Berufsbild passen. Wichtig ist nur, dass sie als Weiterbildungsmaßnahmen anerkannt ist. Und das sind viele der Lehrgänge und Kurse bei Yoga Vidya. Es kann sich also lohnen, nachzufragen. Bis zu 500 € bekommt man vom Staat für seine Weiterbildung dazu.

Das geht so: Die passende Weiterbildung raussuchen und bei der örtlichen Geschäftsstelle der Industrie- und Handelskammer (IHK) oder der Volkshochschule nachfragen. Die haben alle weiteren Informationen und die entsprechenden Anträge für die Prämien Gutscheine. Ausfüllen, einreichen, Ausbildung anmelden. Wer noch mehr wissen will, kann auf der Bildungsprämien-Infoseite des Bundesministeriums für Bildung und Forschung Genaueres nachlesen!

Wir beraten dich gern: Rita Langerfeld, rita@yoga-vidya.de
Tel. 05234/872117, 8⁰⁰-11⁰⁰ Uhr (außer Mi).

www.bildungspraemie.info

Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich an für Yogalehrer Weiterbildungsreihe (10 Wochenenden):

WB-Nr. ab (Monat/Jahr) in (Ort)

Andere Yogalehrer Weiterbildungsseminare:

Seminartitel: von bis

Seminartitel: von bis

Seminartitel: von bis

Seminartitel: von bis

Unterbringung:

EZ DZ zusammen mit

MZ Schlafsaal Zelt Womo

Name, Vorname

Anschrift

Tel./Mobil E-Mail

Yogalehrerausbildung (Wenn nicht bei Yoga Vidya, Zertifikat beilegen):

Wo wann

Anzahlung € (bei Wochenenden mindest. 25 €, Wochenkursen 100 €, mehrwöchigen Kursen 250 €)

Restzahlung € (fällig bei Überweisung 2 Wochen, bei Abbuchung 8 Tage vor Seminarbeginn)

Einzugsermächtigung

Kto.-Nr. Konto-Inhaber

Bank BLZ

Ort, Datum, rechtsgültige Unterschrift

Wir bitten zur Vereinfachung unserer Buchhaltung um Bankeinzugserlaubnis. Vielen Dank!

Ratenzahlung (nur Abbuchung möglich)

- Bitte weiter auf der Rückseite ausfüllen -

Überweisung: Ich überweise die Anzahlung direkt bei Anmeldung und den Gesamtbetrag spätestens zwei Wochen vor dem ersten Wochenende auf das Konto:

Yoga Vidya e.V. Bad Meinberg, Konto Nr. 2150078400, Volksbank Paderborn-Höxter-Detmold eG, BLZ 47260121 (bei Überweisung aus dem Ausland BIC: DG PB DE 3M, IBAN: DE41472601212150078400)

Yoga Vidya e.V. Westerwald, Konto Nr. Nr. 67427505, Westerwald Bank eG, BLZ 57391800 (bei Überweisung aus dem Ausland BIC: GENODE 51 WW1, IBAN: DE 04573918000067427505)

Yoga Vidya e.V. Nordsee, Konto Nr. Nr. 23973202, GLS Bank Bochum, BLZ 43060967

Bitte unbedingt Seminardatum/-name auf Überweisungsträger schreiben und Beleg mitbringen!

Ich bitte um Abholung (mind. 3 Tage vorher anmelden):

Datum Uhrzeit

Bad Meinberg

Bahnhof Horn-Bad Meinberg (zwischen 8³⁰-19¹⁵ Uhr) kostenlos; außerhalb dieser Zeiten: Taxiruf: 05234/-9555, -2555, - 98282

Westerwald

Bushalt Horhausen (Kardinal-Höffner-Platz), kostenlos
 Bahnhöfe: Montabaur ICE, Neuwied, bitte eigenständig organisieren

Details Taxi Sonderkonditionen: www.yoga-vidya.de/center/haus-westerwald/anreise

Nordsee

Bahnhof Wilhelmshaven (13 €)



Nutze auch unsere Mitfahrbörse:

www.yoga-vidya.de/mitfahren

Ich habe von den Teilnahmebedingungen (s. Seite 100) Kenntnis genommen und übernehme die volle Verantwortung für meine Gesundheit.

.....
 Ort, Datum, rechtsgültige Unterschrift

Bitte schicken oder faxen an:

Yoga Vidya Bad Meinberg, Wällenweg 42, 2805 Horn-Bad Meinberg; Fax 05234/87-1875

Yoga Vidya Westerwald, Gut Hoffnungstal, 57641 Oberlahr; Fax 02685/8002-20

Yoga Vidya Nordsee, Wiarder Altendeich 10, 26434 Horumersiel; Fax 04426/90416140



Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen e.V. (BYV)

mit seinen Kinderyoga- und Business Yoga Zweigverbänden

Wir sind ein Zusammenschluss von Yogalehrern, die den klassischen Yoga praktizieren und lehren. Wir arbeiten mit den Techniken des klassischen, integralen Yoga. Wo hilfreich, fließen verwandte Techniken mit ein. Erkenntnisse aus moderner Naturwissenschaft und Psychologie helfen, das Bild abzurunden. Wir vertreten einen pragmatischen und doch spirituellen Yoga.

Der Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen ist in Europa führend in der Ausbildung von Yogalehrern und bietet Yogalehrern verschiedenster Traditionen das weltweit umfangreichste Angebot an Weiterbildungen zu Yoga und verwandten Themen. Beispiele der vielfältigen Weiterbildungsmöglichkeiten sind Yoga für Kinder, Yoga für Schwangere, Yoga Therapie/Heilpraktiker und Yoga Psychotherapie, Entspannungskursleiter/-trainer, Atemkursleiter, Meditationskursleiter, Ayurveda-Gesundheitsberater und viele mehr. Ermöglicht wird dieses weit reichende Angebot durch die enge Zusammenarbeit mit dem Berufsverband der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten (BYVG) und dem Berufsverband der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT).

Der Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen ist Gründungsmitglied des Deutschen Yoga Dachverbands (DYV), in dem alle großen Yogaverbände Deutschlands zusammen geschlossen sind, sowie Mitglied des europäischen Dachverbands „European Federation of Yoga Teachers Associations“ (EFYTA), des internationalen Yoga Dachverbands „Yoga Alliance“*, des Deutschen Kinderyoga Dachverbands (KYD) und der „Freien Gesundheitsberufe“ - Dachverband für freie beratende und gesundheitsfördernde Berufe e.V. Der BYV arbeitet eng mit dem Yoga Vidya e.V. zusammen.

Die Seminare finden in den Yoga Vidya Seminarhäusern Bad Meinberg, Westerwald und Nordsee* statt. Sie stehen allen offen, die eine Yogalehrer Ausbildung (mind. 400 UE) abgeschlossen haben und das dort Gelernte und in der eigenen Praxis Erprobte weiter vertiefen wollen. Auch ausgebildete Yogalehrer anderer Traditionen und Verbände sind willkommen.

*Mit Yoga Vidya Lehrer Aus- und Weiterbildungen kannst du dich auch bei der Yoga Alliance registrieren lassen. Die Yoga Alliance steht für einen bestimmten Qualitätsstandard. Bei ihr registrierte Yogalehrer und -schulen genießen international hohes Ansehen.

Nähere Infos zur Registrierung bei vicara@yoga-vidya.de

Bitte Sonderbroschüre „Yoga Vidya Verbände“ anfordern:
Tel. 05234/870 oder per Mail an info@yoga-vidya.de

Yogalehrer/innen Weiterbildung 2012

Weltweit umfangreichstes Weiterbildungsprogramm für Yogalehrer/innen

ANZEIGE

Eröffne dein eigenes Yoga Vidya Zentrum und nutze die Vorteile eines großartigen Netzwerks!

- Du bist ausgebildete/r Yogalehrer/in
- und praktizierst täglich Asanas, Pranayama und Meditation,
- du lebst sattwig
- und unterrichtest den ganzheitlichen Yoga in der Tradition von Swami Sivananda,
- du sehnst dich nach Selbständigkeit und spirituellem Wachstum
- und möchtest nun dein Hobby zum Beruf machen?

Energien bündeln und gemeinsam viel bewirken:

- Eigene Internetseite und deren Integration in die Yoga Vidya Homepage
- Kompetente Beratung, Austausch mit langjährig erfahrenen Zentrumsleitern
- Learning by doing
- Zentrale Adressverwaltung
- Großes spirituelles Wachstum
- Viele weitere Vorzüge...

Infos unter:

www.yoga-vidya.de/kooperation

Wir beraten dich gerne!

Tel.: 05234/872221

05234/872219

