

SEMINAR	BAUSTEIN	ORT	DATUM
Basisseminar	P-A	⊗	28./29.01.12 FB: 31.12.11
Basisseminar	P-A	ॐ	10.-12.02.12
Yoga für erfolgreiche (Geschäfts-) Beziehungen	W	⊗	18./19.02.12 FB: 21.01.12
Die Welt des Business und Brücken zum Yoga	P-B	⊗	03./04.03.12 FB: 04.02.12
Yoga in Unternehmen positionieren und vermarkten	P-C	⊗	21./22.04.12 FB: 24.03.12
Die Yoga Vidya Grundreihe für Business Yoga anpassen	P-D	⊗	12./13.05.12 FB: 14.04.12
Business Yoga Intensiv: 3 Wahlbausteine „Leben im Team“, „Kreatives Stressmanagement“ und „Anatomie und Korrektur“	W (3x)	ॐ	13.-20.05.12
2. Business Yoga Kongress: „Arbeit und Gesundheit im Wandel“	W	ॐ	01.-03.06.12
Business Yoga Praxisseminar	W	⊗	16./17.06.12 FB: 19.05.12
Abschlusswochenende (Prüfungstermin im 1. Halbjahr)	P-E	ॐ	22.-24.06.12
Basisseminar	P-A	ॐ	06.-08.07.12
Business Yoga Intensiv: 3 Pflichtbausteine	P-B P-C P-D	ॐ	29.07.- 05.08.12
Basisseminar	P-A	⊗	22./23.09.12 FB: 25.08.12
Leben im Team – Yoga für psychosoziale Gesundheit	W	⊗	29./30.09.12 FB: 01.09.12
Kreatives Stressmanagement mit Business Yoga	W	⊗	13./14.10.12 FB: 15.09.12
Anti-Aging am Arbeitsplatz	W	⊗	20./21.10.12 FB: 22.09.12
Business Yoga Asanas: Anatomie und Korrekturen	W	⊗	24./25.11.12 FB: 27.10.12
Abschlusswochenende (Prüfungstermin im 2. Halbjahr)	P-E	ॐ	30.11.- 02.12.12

Legende:
 P-A bis P-E = Pflichtbausteine
 W = Wahlbaustein

⊗ = München-Unterhaching
 ॐ = Bad Meinberg
 FB = Frühbuche

Rund 20 Unternehmen und Behörden im Großraum München nutzen die maßgeschneiderten Dienstleistungen der Yoga Business Partner (yogabiz). Unsere Seminarleiter kommen aus der Praxis und vermitteln fundiertes Fachwissen in den Bereichen Yoga, Anatomie, Pädagogik und Wirtschaftsdisziplinen wie Marketing oder Akquise.



Claudia Bauer
 Staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin, Yogalehrerin (BYV) und Diakonin. Umfangreiche Erfahrungen in den Bereichen Erwachsenen- und Bewegungs-Pädagogik. Yogapraxis: 16 Jahre. Seit 2004 unterrichtet Claudia Bauer Business Yoga, vor allem in Form von Kursen, Tagungsbegleitung und Yogacoaching.



Hans-Peter Bayerl
 Kommunikationsberater, Fachjournalist und Yogalehrer (BYV). Seit 1998 persönliche Yogapraxis, seit 2003 Business Yoga-Tätigkeit in der Münchener Finanz-, Beratungs- und Medienbranche. Als Coach integriert Hans-Peter Bayerl auch Beziehungsaspekte in den Yogaunterricht und gibt individuelle Einzelstunden für Manager.



Dr. Elisabeth Purnima Kaiser
 Leiterin des Yoga-Vidya-Zentrums München-Unterhaching, wo sie im Auftrag von Yoga Vidya auch Yogalehrer/-innen ausbildet. Sie wurde von Dinah Rodrigues persönlich in Hormonyoga zertifiziert, das sie u.a. im Rahmen von Anti-Aging-Kursen und -Seminaren weitergibt. Zuvor bekleidete die promovierte Betriebswirtin u.a. Leitungsfunktionen in Stab und Vertrieb einer Großbank. Ihre persönliche Yogapraxis umfasst ca. 30 Jahre.



Dr. Hans Kugler
 Promovierter Philosoph und Yogalehrer (BYV). 20 Jahre Berufserfahrung in Unternehmensberatung und Erwachsenenbildung. Yogapraxis: 30 Jahre. Aufbaustudium an der indischen „Bihar School of Yoga“ mit Schwerpunkt Yoga für Stress- und Selbstmanagement. Zu diesen Themen gibt Dr. Hans Kugler Kurse und Seminare für Münchener Firmen und Behörden.

Anmeldungen bis spätestens eine Woche vor Seminarbeginn. Kontakt je nach Veranstaltungsort:

Anmeldung für Seminare in Bad Meinberg:
 Bitte direkt bei Yoga Vidya e.V. in Bad Meinberg buchen:
 Tel. 052 34/8 70 oder unter rezeption@yoga-vidya.de
 Seminarzeiten und -preise siehe: www.yoga-vidya.de

Anmeldung für Seminare in München-Unterhaching:
yogabiz München
 Telefon 0 89/38 66 69 42
 Fax 0 89/38 66 69 41
 E-Mail: anmeldung@yogabiz.de
www.yogabiz.de



Veranstaltungsort:
 Yoga Vidya München-Unterhaching:
 Kapellenstr. 22 RG, 3.OG
 82008 Unterhaching
 Telefon 089/66 07 78 68
www.yoga-vidya.de/center/muenchen-unterhaching

Seminarzeiten:
 Samstag 10:00 – 21:00 Uhr
 Sonntag 09:00 – 15:00 Uhr

Kosten:
 Frühbuchepreis: 185 €*, Normalpreis: 220 €

15% Frühbucherrabatt
 für Seminare in München-Unterhaching
 * Voraussetzung: Verbindliche Anmeldung per E-Mail und Eingang von 185 € bis vier Wochen vor Seminarbeginn

Übernachtung im Yogazentrum mit eigenem Schlafsack möglich (15 €/Nacht)

Anmeldebestätigung:
 Nach Deiner Anmeldung erhältst Du eine schriftliche Bestätigung. Für eine verbindliche Buchung erbitten wir die Überweisung des vollständigen Kursbetrages zum angegebenen Termin. Die Bankverbindung findest Du auf Deiner Anmeldebestätigung. Rücktrittsbedingungen wie bei Yoga Vidya e.V.

Yoga im Business

Bausteinausbildung zum Business Yogalehrer (BYV)

2012

München · Bad Meinberg



yoga business partner

Seit Herbst 2009 bietet **Yoga Vidya** in Kooperation mit **yogabiz** (München) die zertifizierte Bausteinausbildung **Business Yogalehrer (BYV)** an. Die Ausbildung umfasst mindestens 150 Unterrichtseinheiten (UE), ist für **Yogalehrende aller Traditionen** offen und vermittelt das nötige Rüstzeug und Verständnis für die betriebliche Gesundheitsförderung mit Yoga.

Belegschaft und Manager im Stress

Das aktuelle Arbeitsleben ist mehr denn je von einem **hohem Erfolgsdruck** geprägt. Die Folge ist ein **hoher Bedarf** an professionellem, positivem und handlungsorientiertem **Stress- und Selbstmanagement**.

Ein Job mit Zukunft

Die **betriebliche Gesundheitsförderung** bietet Yogalehrenden ein zukunftssträchtiges Betätigungsfeld, um die ganzheitlich-ausgleichenden Wirkungen des Yoga in der Wirtschaft zu verankern. Darüber hinaus sorgt der demographische Wandel für eine noch stärkere Bedeutung der **psychosozialen Gesundheit** in unserer Gesellschaft. Psychosozial gesunde Menschen gelten als der **Wirtschaftsfaktor der Zukunft**.

Mit Praxis-Know-how ...

Die drei wesentlichen Anwendungsfelder für Business Yoga sind: Problemlinderung, Prävention und Potentialentwicklung (PPP).

Zu jedem Bereich gibt es **maßgeschneiderte Yoga-Programme**, die wiederum an die jeweilige Zielgruppe anzupassen sind. In der Ausbildung zum Business Yogalehrer (BYV) stellen wir in langjähriger Praxis **bewährte Konzepte und Angebotsformen** vor: z.B. breit angelegte Kurse, zeitoptimierte Seminare für Führungskräfte oder Einzelcoachings.

... zum persönlichen Erfolgskonzept

Heterogene Teilnehmergruppen (Zielsetzung, Hierarchien, Branchen, körperliche Voraussetzungen etc.) und das breite Anwendungsfeld im Business Yoga **erfordern eine besondere Qualifikation**. Zudem besitzen alle Yogalehrenden einen speziellen Hintergrund und ganz individuelle Fähigkeiten. Im Rahmen der Ausbildung erarbeiten die Yogalehrenden deshalb ihre **individuelle Erfolgsstrategie**: vom Konzept über die Vermarktung bis zur Durchführung ihres Business Yoga-Angebots.

VORAUSSETZUNGEN UND AUSBILDUNGSUMFANG

Die Ausbildung steht grundsätzlich allen Yogatraditionen offen. Einzige Teilnahmevoraussetzung ist eine **Yoga-Grundausbildung mit mind. 400 UE**.

Die Anmeldung zur Prüfung erfordert den Nachweis einer Yogalehrergrundausbildung, der besuchten Pflicht- und Wahlbausteine und die schriftliche Ausarbeitung der Prüfungsfragen (Hausarbeit).

ZUSAMMENSETZUNG DER BAUSTEINAUSBILDUNG

Die Yoga Vidya Bausteinausbildung zum zertifizierten Business Yoga Lehrer (BYV) besteht aus **Basis-, Pflicht- und Wahlbausteinen**. Diese werden in München-Unterhaching und in Bad Meinberg angeboten



Basisseminar (P-A) und die 3 Pflichtbausteine (P-B bis P-D)

Das Basisseminar (P-A) vermittelt die wichtigsten Grundlagen des Business Yoga, die drei Pflichtseminare P-B bis P-D vertiefen dieses Grundwissen theoretisch und praktisch. Sie können als einzelne Wochenendseminare in München-Unterhaching oder als Intensivwoche in Bad Meinberg besucht werden. Titel und Inhalte: siehe Folgeseite, Ablauf: siehe Yoga Vidya Weiterbildungsbroschüre.

3 Wahlbausteine (W)

In Ergänzung zu den Pflichtbausteinen müssen mindestens drei Wahlseminare besucht werden. Die Yogalehrenden erweitern damit ihr persönliches Angebot in besonderen Bereichen. Im Folgenden sind die Wahlseminare in München-Unterhaching beschrieben. Weitere Wahlmodule in Bad-Meinberg: siehe Yoga Vidya Weiterbildungsbroschüre. Drei ausgewählte Wahlbausteine (siehe Übersicht) können auch als Intensivwoche in Bad Meinberg besucht werden.

Prüfungswochenende (P-E)

Den Abschluss der Bausteinausbildung bildet ein Wochenende in Bad Meinberg. Neben einer praktischen Lehrprobe präsentieren die Yogalehrenden dabei ihr eigenes Business Yoga-Konzept, das während der Ausbildung entstanden und gereift ist.

BASISSEMINAR P-A

Yoga im Business – Basisseminar (P-A)

Unser Basisseminar verdeutlicht die grundlegenden Anforderungen für Yoga im Business: mögliche Angebotskonzepte, Vermarktung (Markt, Bedarf, Konkurrenz) und Durchführung von Kursen und Seminaren. Alle Teilnehmer erhalten ein umfassendes Handout mit Beispielen zu Internetauftritt, Kundenanschriften und Yogaübungen.

PFLICHTBAUSTEINE P-B BIS P-D

Welt des Business und Brücken zum Yoga (P-B)

Die Inhalte dieses Pflichtseminars bilden aktuelle Themen in Wirtschaft und Management, Aufgabenbereiche und Ebenen im Unternehmen, Besonderheiten von Branchen und Unternehmensgrößen, der Business Yogalehrer als Unternehmer sowie Brücken zwischen Business Management und Yoga.

Yoga in Unternehmen positionieren und vermarkten (P-C)

Die Inhalte dieses Pflichtseminars sind die wichtigsten Konzepte und Begriffe des betrieblichen Gesundheitsmanagements: Wie platziere ich Business Yoga im Unternehmen? Wie finde ich den geeigneten Ansprechpartner? Welche Marketinginstrumente sind zu empfehlen? In Rollenspielen werden typische Verkaufsgespräche geübt.

Die Yoga Vidya Grundreihe für Business Yoga anpassen (P-D)

In diesem Seminar lernst Du Variationsmöglichkeiten der bewährten Yoga Vidya Grundreihe für den Einsatz in Betrieben und Behörden. Den Schwerpunkt bilden dabei die zwölf Grundstellungen, der Sonnengruß und die Tiefenentspannung.



WAHLBAUSTEINE W

Business Yoga Asanas: Anatomie und Korrekturen

Praktischer Leitfaden für die Gestaltung von Business Yoga bei unterschiedlichen körperlichen Voraussetzungen. Vermittlung der anatomischen Hintergründe und korrekte Anleitung gemischter Unterrichtsklassen in Betrieben oder Behörden.

Yoga für erfolgreiche (Geschäfts-)Beziehungen

In diesem Seminar setzt du dich intensiv, achtsam und liebevoll mit deinen eigenen Beziehungen in Privatleben und Beruf auseinander. Du lernst, wie sich Beziehungs- und Teamaspekte einfach aber wirkungsvoll in den Yogaunterricht integrieren lassen.

Kreatives Stressmanagement mit Business Yoga

Angebotskonzepte für Kurse und Seminare („Yoga-Selfware“), ganzheitliches Modell zum Selbstmanagement („Work-Life-Tree“), Yoga-Essentials zum Stressmanagement („YES“), Ganzheitliches Energie-Management („GEM“).

Business Yoga Praxisseminar

Praxisreihen für Business Yoga mit Übungsblättern: einfache und bürotaugliche Übungen, Antistress-Yoga, Yoga für Fitness und Wohlbefinden, eigenes Anleiten von Business Yoga Stunden.

Leben im Team – Yoga für psychosoziale Gesundheit

Psychosoziale Aspekte und Wirkungen des Yoga, wie z.B. das Entwickeln von Vertrauen und Kreativität, und deren Integration in den Yogaunterricht. Alltagstaugliche Übungen für ein erfüllendes Miteinander im Berufs- und Privatleben.

Anti-Aging am Arbeitsplatz (u.a. mit Hormonyoga)

Mit Yoga lassen sich die von der Wissenschaft ermittelten Anti-Aging Faktoren auch am Arbeitsplatz umsetzen. Dieses Seminar vermittelt u.a. (re-)vitalisierende sowie leistungssteigernde Techniken (z.B. Hormonyoga nach Dinah Rodrigues) und Übungen für den Einsatz im Business-Umfeld.