

AYUR YOGA Yogalehrer Ausbildung



Für wen eignet sich die Ausbildung?

Diese Ausbildung zum Yogalehrer ist für Menschen geeignet, die Yoga weiter geben möchten, d.h. selbst unterrichten wollen oder ihre eigene Yogapraxis vertiefen möchten.

Neben der Fachkompetenz als Yogalehrer legt diese Ausbildung besonderen Wert auf Selbstreflexion und die Übertragung von Yogaweisheit in das eigene Leben.

Voraussetzung zur Teilnahme ist eine mehrjährige, kontinuierliche Yogapraxis.

Was ist AYUR-YOGA?

Ein ganzheitlicher Yogaweg in der Tradition von T. Krishnamacharya, bei dem die Verbindung von Körper, Geist und Atem im Mittelpunkt steht.

Die Asanapraxis legt besonderen Wert auf die Anpassung an den individuellen Menschen. Die Yogaphilosophie und ihre Anwendung in der heutigen Zeit sind wesentliche Bezugspunkte.

Die Ausbildung fundiert auf der langjährigen Expertise des Schülers von A.G. Mohan und Yogatherapeuten Remo Rittiner. Sie ist europaweit von führenden Yogaschulen anerkannt, gleichzeitig aber unabhängig von Organisation oder Verbänden.

Sie entspricht den internationalen Richtlinien und umfasst 250 Unterrichtseinheiten.

Nach einer Prüfung und einer Lehrprobe wird die Teilnahme bescheinigt. Nach Abgabe einer Abschlussarbeit wird das Zertifikat ausgestellt.

Ausbildungs-Inhalte

Asanaspraxis, Grundprinzipien der Ayur-Yogatradition, westliche Anatomie, Vinyasa Krama, Pranayamapraxis, Chakrenlehre, Mantrapraxis, Meditationstechniken, die Philosophie der Yogasutren nach Patanjali, ayurvedische Prakruti (Dohas, Ghunas), Yoga für die spirituelle Praxis, Didaktik und Unterrichtsgestaltung, Entwicklung der Lehrerpersönlichkeit

Ort: Henstedt-Ulzburg

Teilnehmer: 6

Termine 2020:
(4x 1 Woche)

1. Block 24.08.-30.08.
2. Block 28.09.-04.10.
3. Block 26.10.-01.11.
4. Block 30.11.-06.12

Preis: 1.800,- Euro

Unterrichtszeiten
Montag-Freitag 9-14 Uhr
Unterricht und Praxis
themenspezifisch

Unterrichtszeiten
Samstag-Sonntag 9-19 Uhr
Vertiefung der Inhalte aus den
Werktagen und Prüfungen.

Zwischen den Praxis-
Blöcken Selbststudium
Reflexionsfragen, Wiederholung,
eigene Praxis, Vorbereitung