

GRUNDMODUL DER 200 H ONLINE YOGA AUSBILDUNG



08.10.23

Faszien mit Dr. Robert Schleipp



09. - 10.12.23

Feinstoffliche Anatomie & Energiekörper
Drehhaltungen



23. - 24.03.24

Yoga Sutras & Ethik
Grundlagen Vorbeugen
Herz-Kreislauf & Atemsystem



08. - 09.06.24

Übung: Ausrichtungs-Prinzipien
Anatomie: Nervensystem

30.09. - 01.10.23

Yoga Einführung
Standpositionen
Ziele der Yogapraxis



21. - 22.10.23

Schwerpunkt
Rückbeugen
Anatomie Schulter



13. - 14.01.24

Armbalancen
Anatomie Hüfte
Geschichte d. Yoga



18. - 19.05.24

Asana Clinic mit
Barbra Noh



Ungefährer Tagesablauf:

Einführung ins Thema

Praxis & Nachbesprechung

Mittagspause

Teachings (Anatomie bzw. Philosophie)

Praxis Workshop



TEACHING MODUL DER 200 H ONLINE YOGA AUSBILDUNG

VARIANTE A

VARIANTE B

ONLINE



29. - 30.06.24

Sprache & Ausdruck im
Yoga-Unterricht

07. - 08.09.24

Rolle des Lehrenden
Didaktische Instrumente 1

05. - 06.10.24

Vinyasa Krama
Didaktische Instrumente 2

09. - 10.11.24

Lehrproben &
Übungsmodul

07. - 08.12.24

Vertiefende Unterrichts-
methodik für Pranayama
und Meditation

ABSCHLUSS

Lehrprobe
Open Book Prüfung
Feedback-Gespräch im
Gesamtausmaß von 30 h

INTENSIVMODUL IM ASHRAM (DE)



28.07 - 09.08.24

Intensiv Modul im
Ashram Bad Meinberg

ABSCHLUSS

Lehrprobe
Open Book Prüfung
Feedback-Gespräch im
Gesamtausmaß von 30 h

Der Abschluss ist direkt nach Absolvierung der
Module möglich, d.h. im Dezember für jene, die an
den online WE-Modulen teilnehmen und ab August
für jene, die vor Ort im Ashram teilnehmen.

