

Ausbildungsinhalte Übersicht

Auf den folgenden zwei Seiten finden Sie eine Übersicht über die angebotenen Seminare und deren Inhalte.

Hatha-Yoga	Dozent	UE
Hatha-Yoga Rückbeugen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Vorbeugen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Seitbeugen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Drehung	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Umkehrhaltungen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Gleichgewichtshaltungen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Vinyasa	Laura Casu	18
Pranayama I	Laura Casu	18
Pranayama II	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Schwierige Asana	Laura Casu	18
Hatha-Yoga Varianten, Anpassungen und Korrekturen	Laura Casu	18
Hatha-Yoga bhavana in der Asanapraxis	D.V. Sridahr	18
Gesamt		216
Meditation		
Yoga-Meditation	Laura Casu	18
Schweigeretreat und Abhyasa	Laura Casu Dirk Glogau	36
Gesamt		54
Unterrichtsgestaltung		
Grundlagen I / Einführung in Yoga	Laura Casu	18
Grundlagen II / Unterrichtsgestaltung	Dirk Glogau	18
Gruppendynamik und -prozesse	Stefan Fuchs	9
Schwierige Situationen im Yogaunterricht	Laura Casu	9
Planung und Analyse von Kursen I, Didaktik und Methodik	Dirk Glogau	18
Planung und Analyse von Kursen II, Didaktik und Methodik	Laura Casu	18
Gesamt		90
Berufsorientierung		
Marketing	Dirk Glogau	10
Existenzgründung und Finanzen	Dirk Glogau	18
Gesamt		28

Psychologie	Dozent	UE
Yoga und Psychologie	Dirk Glogau	18
Kommunikationsmodelle und Gesprächsführung	Stefan Fuchs	18
Stressbewältigung	Dirk Glogau	18
Gesamt		54
Medizinische Grundlagen		
Anatomie und Physiologie I - Bewegungsapparat	Dirk Glogau	18
Anatomie und Physiologie II - Nervensystem, Endokrinologie	Dirk Glogau	18
Anatomie und Physiologie III - Stoffwechsel, Verdauung	Dirk Glogau	18
Anatomie und Physiologie IV - Atmung, Herz-Kreislauf	Dirk Glogau	18
Ayurveda/Yoga und moderne Medizin I	E.P. Jeevan	18
Ayurveda/Yoga und moderne Medizin II	E.P. Jeevan	18
Gesamt		108
Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga		
Geschichte Indiens und des Yoga, Samkhya, Traditionen	Dirk Glogau	18
Patanjali Yogasutra I	Dirk Glogau	18
Patanjali Yogasutra II	D.V. Sridhar	18
Patanjali Yogasutra III	D.V. Sridhar	18
Patanjali Yogasutra IV	D.V. Sridhar	18
Bhagavadgita und Vedanta	Dirk Glogau	18
Vedic Chant	Laura Casu	9
Sanskrit	S. Schnaus	9
Tantrismus und Hatha Yoga Pradipika	Dirk Glogau	18
Gesamt		142
Ethik und Philosophie		
Ethik des Yogalehrens, Rahmenrichtlinien des BDY	Laura Casu	8
Weltreligion, Spiritualität und Mystik	Dirk Glogau	18
Ethik in der westlichen und östlichen Philosophie	Dirk Glogau	18
Gesamt		44
Unterrichtspraktikum		
Vorstellungstunden 1-8	diverse	10-20
Gesamt		110
Gesamtausbildungsstunden (UE) je TeilnehmerIn		846

Sollten Sie Fragen zu einzelnen Seminaren haben, stehen wir Ihnen natürlich gerne zur Verfügung.