

YOGASCHULE SHAKTI YOGALOFT

Aufbaustufen Modul 300h



Die Yoga Übungspraxis ist in Hatha Vinyasa Flow Yoga und wird in der gesamten **Yogalehrer Ausbildung** mit vielseitigen Yoga Fachthemen an den Wochenenden jeweils Samstag und Sonntag vermittelt. Beispiele der Ausbildungsthemen sind z.B. die Vinyasa Flow Yogaübungspraxis, die Ayurveda Praxis und Theorie, die Yin Yoga Übungspraxis und die vertiefende Meditationspraxis, die Yoga Anatomie und dazu Assits/-Adjustments, sowie vielseitige Gesundheitsthemen der Yogatherapie mit der Ausbildungsleiterin Catrin Müller und dem Yoga Team.

Die Yogalehrer Ausbildung 300h ist für alle **Ausbildungsstufen** möglich und an unserer Yogaschule kannst du deinen Yoga Weg im Aufbaustufen **Modul 300h** zertifiziert zu einer ganzheitlichen Yogalehrer Ausbildung weiterführen mit 500h für Präventionskurse bei der ZPP anerkannt!

Wenn du schon als Yogalehrerin mit 200h zertifiziert bist, kannst du bei uns Yoga vertiefen im Yogastudium, alle Module sind flexibel im Einstieg möglich!

Vereinbare ein **Beratungsgespräch** direkt vor Ort mit unserer Ausbildungsleiterin.

Wir freuen uns auf Dich!





Beispiele der Ausbildungsthemen:

1. Die lunaren Energien im Yoga-Chandra Vinyasa Flow Übungsreihe
2. Die Grundprinzipien der Yogatherapie aus der Sicht der Gunas
3. Die Vinyasa Flow Yoga Praxis mit Asana, Mudra, Bandha, Ujjaji
4. Die Grundlagen und Vertiefung in das Yoga Sutra und Patanjali Philosophie
5. Die Mandukya Upanishad Philosophie
6. Die Yoga-Pranayama Reinigungstechniken
7. Vielseitige Entspannungstechniken und Yoga Nidra Körperreisen
8. Yoga führt zur Meditation, vertiefende Meditationstechniken und Achtsamkeitspraxis
9. Einführung in die Ayurveda Praxis und die Dosha Typenlehre
10. Yoga-Sequencing mit Assits/Adjustments/Hilfestellung, bewegte Anatomie
11. Yin Yoga und die Tao Philosophie
12. Einführung in Schwangeren Yoga und KinderYoga Übungssequenzen
13. Das Berufsbild eines Yogalehrer/in
14. Abschlussprüfung in schriftliche Prüfung und praktische Lehrprobe .





Die Yoga Aufbaustufe 300h endet mit einer schriftlichen Abschlussarbeit und einer praktischen Lehrprobe und nach erfolgreichem Abschluss mit einem anerkannten Zertifikat 300h der Yogaschule Shakti Yogaloft.

Die Teilnehmer/innen können regelmäßig innerhalb der Woche im Yogastudio am Yoga Unterricht mit einem Yoga kostenfreien Abo teilnehmen. Wer außerhalb von Berlin wohnt, kann am jeweiligen Wohnort das Yogatraining umsetzen.

Die Teilnahme an einem Yogakurstraining mit den Kontaktstunden ist erforderlich und Pflicht für das regelmäßige trainieren des Yoga Selbststudiums und für die persönliche Weiterentwicklung im Yoga.

Ausbildungszeiten: Termine siehe Online Kalender!

Einmal pro Monat am Samstag und Sonntag von 09:45-17:00 Uhr findet das Modul Aufbaustufe 300h mit insgesamt 14 Ausbildungswochenenden innerhalb von einem Jahr und 2 Monaten statt.

Inklusive Skript -Ausbildungsunterlagen, dem Yogakurstraining mit einem kostenfreien Yoga Abo bei Ausbildungsleiterin Catrin Müller und mit Personal Yoga.

Innerhalb der Sommerferien Berlin, findet eine Sommerpause nur für die Ausbildung statt, das Yogastudio ist für Yogakurse weiterhin geöffnet.

Die Yogalehrer Ausbildung endet nach erfolgreicher Prüfung mit einem anerkannten Zertifikat 300h.

Ausbildungsgebühr:

Die Ausbildungsgebühr mit einer monatlichen Ratenzahlung a 250,00 €. Eine Gesamtzahlung von 3750,00 €. (Individuelle Vereinbarung einer Ratenzahlung ist nach Absprache mit Leitung möglich).

Mitgliedschaft im Berufsverband BDY e.V.:

Mit der gesamten Yogalehrerausbildung 500h (Grundausbildung 200h & Aufbauausbildung 300h) kannst nach der Yoga Ausbildung Mitglied beim Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY werden!

Teilnahmevoraussetzung:

Mindestens 1-2 Jahre Yogapraxis, Yoga Selbststudium und regelmäßiges Yogakurstraining im Yogastudio oder am eigenen Wohnort. Ein Motivationsschreiben ist empfehlenswert und ein Beratungsgespräch mit der Ausbildungsleitung Catrin Müller, sowie eine Yogaprobestunde in unserer Yogaschule Shakti Yogoft.

Wir beraten dich gerne zur Yoga Ausbildung, vereinbare einen Beratungstermin in unserer Yogaschule Shakti Yogoft.

Information/Anmeldung:

INFO Tel.: 030-81859242 und per Email: info@yogalehrer-berlin.de

Standort:

Yogaschule Shakti Yogoft

Inh. Catrin Müller

Leberstr.13, VH li. Glastür

10829 Berlin

www.yogalehrer-berlin.de

