

# YOGASCHULE SHAKTI YOGALOFT

## AUFBAUAUSBILDUNG MODUL 300h



Die **Hatha Yoga Übungspraxis** wird in der gesamten Aufbauausbildung gelehrt mit vielseitigen Yoga Fachthemen an den Wochenenden u.a. in Vinyasa Flow Yogaübungspraxis, Ayurveda Einführung, Yin Yoga Intensiv, vertiefende Meditation Techniken, Assits/Adjustments und die Yogatherapie zu vielseitigen Gesundheitsthemen, die Yoga Psychologie und das intensive Yogakurstraining im Yogastudio.

Die Yogalehrer Ausbildung ist für alle Ausbildungsstufen möglich und du kannst bei Yogashakti deinen Yogaweg in der AUFBAUAUSBILDUNG 300h zu einer ganzheitlichen Yogalehrer Ausbildung weiterführen.

Vereinbare ein Beratungsgespräch direkt vor Ort mit unserer Ausbildungsleiterin Catrin Müller.

Wir freuen uns auf Dich!





### **Themen Beispiele von Modul 300h:**

1. Die lunaren Energien im Yoga, Chandra Vinyasa Flow Übungsreihe
2. Die Grundprinzipien der Yogatherapie aus der Sicht der Gunas
3. Einführung in die Vinyasa Flow Yoga Praxis mit Asana, Mudra, Bandha, Ujjaji
4. Die Grundlagen und Einblick in die Yoga Philosophie, das Yoga Sutra und die Mandukya Upanishad Philosophie
5. Yoga-Reinigungstechniken mit Entspannungstechniken und Yoga Nidra
6. Yoga führt zur Meditation, Achtsamkeitspraxis und Yoga Psychologie
7. Stressmanagement und Meditationstechniken in Vertiefung
8. Einführung in die Ayurveda Praxis/Therapie, die Dosha Typenlehre
9. Yoga-Sequencing mit Assits/Adjustments/Hilfestellung, bewegte Anatomie
10. Yin Yang Yoga, regeneratives Energie Yoga
11. Das Berufsbild eines Yogalehrer/in, Einführung in Schwangeren Yoga
12. Abschlussprüfung schriftliche und praktische der Yogalehrer Ausbildung.





**Die Yogalehrerausbildung** endet mit einer schriftlichen Abschlussarbeit und einer praktischen Lehrproben Prüfung und einem anerkannten Zertifikat nach erfolgreichem Abschluss der Yogaschule Shakti Yogaloft Berlin.

Die Teilnehmer/innen können regelmäßig innerhalb der Woche im Yogastudio am Yoga Unterricht mit einem Yoga 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:**

Einmal pro Monat Ausbildung berufsbegleitend mit 12 Wochenenden, inklusive Ausbildungsunterlagen, Yogakurstraining und Personal Yoga Coaching/Training.

Die Yogalehrer Ausbildung mit einem anerkannten Zertifikat 300h (216h Präsenzzeiten an Yoga Wochenenden, 14h Einzelsitzung Personal Yoga mit Klient, 5 Std. per Video oder Livestream und 5 Std. Lehrproben , 10h Yoga Dokumentation für, 50h Yogakurstraining) zur Yogalehrer/innen.

### **Ausbildungsgebühr Modul 300h:**

Die Ausbildungsgebühr mit 250,-€ einer monatlichen Ratenzahlung für 12 Wochenenden zu vereinbaren. Gesamtzahlung 3250,00€. (Individuelle Vereinbarung 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, Selbststudium und regelmäßiges Yogakurstraining im Yogastudio oder am eigenen Wohnort. Ein Motivationsschreiben ist empfehlenswert und ein Informationsgespräch mit der Leitung unserer Yogaschule und einen Yogaprobestunde in unserer Yogaschule.

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

**Information/Anmeldung:**

INFO Tel.: 030-81859242 und per Email: [info@yogalehrer-berlin.de](mailto:info@yogalehrer-berlin.de)

**Adresse:**

**Yogaschule Shakti Yogoft**

Leberstr.13, VH li. Glastür

10829 Berlin

[www.yogalehrer-berlin.de](http://www.yogalehrer-berlin.de)



[www.yogalehrer-berlin.de](http://www.yogalehrer-berlin.de)