



Yogalehrer Ausbildung im Shakti Yogaloft

Die Yogaschule Shakti Yogaloft von Inhaberin Catrin Müller und dem Yogateam lehrt berufsbegleitend eine zertifizierte Yogalehrer Ausbildung die international anerkannt ist und ermöglicht, als Yogalehrer/in das Yoga Weltweit zu unterrichten. In 2 Studios in Berlin wird eine intensive Yogapraxis in vielseitigen Yoga-Übungssequenzen der Asana Praxis gelehrt und unter anderem mit Pranayama-Atempraxis Techniken, verschiedene Meditation Formen, die Mudra-Gesten, Bandha Energieverschluss und die Yoga-Psychologie und Yoga Philosophie vermittelt.

Das erfahrene Yogateam lehren dich während der Yogalehrer-Ausbildung professionell in die Hatha Vinyasa Yogapraxis an, den Yogaweg zu erforschen und auf dem eigenen Weg individuell zu entwickeln. Das Basis Modul 100h findet regelmäßig einmal pro Woche im Studio 2 jeden Dienstag Abend von 18:30-21:00 Uhr statt und hat eine Dauer von insgesamt 6 Monaten. Die Grundausbildung umfasst 200h und findet an den Wochenenden einmal pro Monat statt.

Es wird eine fundierte Yoga-Übungspraxis mit Asanapraxis, Pranayama, Meditation und deren Anatomie gelehrt. Die Philosophie des 8-stufigen Pfad wird mit dem Sutra nach Patanjali vermittelt. Das Grundausbildungs-Modul 200h im ersten Jahr kann auch separat einzeln mit Modul 200h der Ausbildung belegt werden.

Der Abschluss des 1.Jahres der Grundausbildung endet mit einer schriftlichen und praktischen Lehrproben-Einheit in der Ausbildungsgruppe gemeinsam in mit einer Lehrprobe und mit dem internationalen Zertifikat der Yoga Alliance 200h unserer Yogaschule Shakti Yogaloft.

Nach erfolgreichen Abschluss der Grundausbildung 200h ist die Aufbauausbildung mit Modul 300UE als Weiterführung des Yogaweges mit den vielseitigen Yoga Fachthemen an unserer Yogaschule möglich.

Bei Interesse an unserer Yoga Ausbildung, rufe uns gerne zu einem **Beratungsgespräch** unter Tel.: 030-81859242 oder **Email:** info@yogalehrer-berlin.de.

Yogalehrer-Ausbildung im Überblick:

Wer die gesamte Yogalehrer-Ausbildung mit Modul 500h orientierend an dem Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY an unserer Yogaschule machen möchte, kann gleich im Anschluss vom Modul 200h in die fortlaufende Aufbauausbildung 300h wechseln.

In der fortführenden Aufbaustufenausbildung 300h werden verschiedene Yogabereiche/Themen unterrichtet, wie zum Beispiel:

Von Hatha Yoga bis zu Ashtanga Yoga, Hatha Vinyasa Yoga Praxis, Hormonyoga, Ayurveda Basis, Meditation, Yogatherapie zu verschiedenen Gesundheitsthemen und Krankheitsbilder in Vinyasa Krama Yoga vermittelt und Yoga Psychologie mit Yoga Coaching.

Die Yogaschüler/innen werden methodisch und didaktisch in Kleingruppen und Lehrproben an die Yogathemen herangeführt. Die Yoga Methodik und Pädagogik wird in vielseitiger Unterrichtsgestaltung in Form von Gruppenarbeiten und Gruppengestaltung praktisch umgesetzt.

Vielseitige Fachgebiete aus dem großen Spektrum des Yoga werden innovativ gelehrt, wie zB Ayurveda Einführung, die Yogatherapie Praxis mit zusätzlichen Einzelsitzungen vertiefende fortgeschrittene Asana Yoga Praktiken mit einem Handout-Skript für alle Yoga Module und intensive Yogaübungseinheiten.



Ausbildungsthemen:

- Hatha-Yoga-Übungspraxis mit Asanas, Pranayama, Meditation, Bandhas, Kriyas, Mudras.
- Surya (Sonne)-Namaskar Variationen und Chandra (Mond)-Namaskar
- Hatha-Yoga Übungsreihen Sequenzen
- Systematischer Hatha-Yoga-Übungs Aufbau.

- Yoga Ausrichtung/Alignment der vielseitigen Asana
 - Yoga- Anatomie und Körpersymptomatik
 - Yoga-Sequencing der Asana Variationen
 - Ashtanga-Vinyasa-Yoga-Übungsreihe
 - Hatha-Vinyasa-Yoga-Übungspraxis.
- Das 7 Chakra-System und Chakra Yoga-Praxis
 - Pranayamas-Atemtechniken und Reinigungstechniken
 - Meditationstechniken und Meditationspraxis
 - Achtsamkeitspraxis und Wahrnehmungsschulung.
- Ashtanga Marga-der klassische achtegliedrige Pfad nach Patanjali
 - Philosophie, Hathayoga-Pradipika und das Sutra-Patanjalis.
 - Die 4 Yogawege des Yoga.
- Die Yogatherapie-Vinyasa Krama im stufenweisen Aufbau
 - Die 7 Chakra-Energielehre in Praxis und Theorie
 - Die Chakra Meditationen, Chakra-Mantrapraxis.
- Die Pancha Koshas-die 5 Energiekörper/Schichten.
 - Einführung in das Ayurveda Dosha System und das Guna-System
 - Ganzheitliche Ernährung aus der Sicht des Yoga.
- Partnerworks an Asana Übungsbeispielen
 - Yoga-Entspannungstechniken, Yoga-Nidra
 - geführte Meditationsformen aus dem Yoga.
- Yoga Didaktik/Methodik-Aufbau und Gestaltung von Yogastunden
 - Die Stimm-Modulation in der Unterrichtspraxis
 - Yoga-Psychologie-die psychosomatischen Wirkungen.
- Prinzipien des Yogaunterrichts, Yoga-Unterrichtsgestaltung und Yogalehrproben in Übungsgruppen
 - Aufbau und Gestaltung von Yogastundenabläufen in vielseitigen Gruppenarbeiten
 - Yoga-Selbststudium und Yogakurstraining
 - inklusive Handouts-Skripte und Yoga Theorie Vermittlung
 - inklusive Personal Yoga Coaching.
- inklusive Online E-Learning Service und Audios und Videos
 - Abschluss Prüfung mit schriftlicher Arbeit und praktischen Gruppenanleitungen/Lehrprobe
 - Anerkanntes internationales Zertifikat RYT200h der Yoga Alliance.

Yogalehrer Ausbildung für 100h, 200h, 300h und 500h:

Die Unterrichtsgestaltung wird in vielseitigen Yoga Themen integrativ unterrichtet. Vertiefende Meditationstechniken, sowie die Yoga Philosophie der Hatha Yoga Pradipika und das Yoga Sutra nach dem Philosoph Patanjali vermitteln das Verständnis für die Yoga Philosophie und Psychologie.

Die Yogaschülerinnen werden authentisch vom Yoga Team an den Wochenenden begleitet, den eigenen Yogastil individuell zu entwickeln und Yogastundeneinheiten zu entwickeln.



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

Die Teilnehmer/innen aus Berlin können regelmäßig innerhalb Woche im Yogastudio am Yoga Unterricht teilnehmen. Wer außerhalb von Berlin wohnt, kann am jeweiligen Wohnort sich einen Yoga Kurs suchen.

Die Teilnahme an einem Yogakurstraining ist erforderlich für das regelmäßige trainieren und das Yoga Selbststudium für die persönliche Weiterentwicklung auf dem Yoga Weg.

Die Ausbildungsstandards:



- Die Yogaschule Shakti Yogoft ist international anerkannt und registriert mit RYS200h durch den YOGA ALLIANCE® Verband.
- Nach der Grundausbildung mit 200 Stunden gibt es die Möglichkeit, sich bei der Yoga Alliance als RYT200 Yogalehrer/in weltweit registrieren zu lassen und als Yogalehrer/in international zu unterrichten.
- Die Ausbildungsstandards unserer Yogaschule sind anerkannt für die Zertifizierung bei der Zentralen Prüfstelle von Yoga-Präventionskursen zur Bezuschussung für KK-Kurse.
- Weiterführend kannst du mit unserer Aufbauausbildung im Anschluss Mitglied im Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY werden. Die Mitgliedschaft kann nach erfolgreicher Abschlussprüfung unserer Yoga-Ausbildung 500h bei dem Berufsverband beantragt werden.

Ausbildungspreise:

Grundstufenausbildung Modul AYA 200h:

Dauer: 1 Jahr berufsbegleitend an den Wochenenden, siehe Termine Online auf Yogalehrerausbildung Seite, jeweils Samstag 10.00-18.00 & Sonntag 10.00-16.00h einmal pro Monat. Plus Ausbildungsunterlagen, Online Service zu Audios und Videos, sowie individuelles Coaching.

Unsere Yogaschule ist vom Yoga Alliance Verband international anerkannt und registriert.

Ausbildungspreis ist 12x 225,-€ monatlich als Ratenzahlung zu vereinbaren.

Studenten erhalten 100€ Ermäßigung und bei Gesamtzahlung der Ausbildung mit 100€ Rabatt. Unsere Yogaschule ist für den ESF Förderungsanerkannt für den Bildungsgutschein anerkannt.

Aufbauausbildung Modul 300h:

Dauer an 15 Ausbildungs-Wochenenden finden einmal pro Jahr in kleinen Ausbildungsgruppen bis max. 15 Personen statt. Für schon erfahrene Teilnehmer/innen ist ein Quereinstieg mit Nachweis einer Yoga Ausbildung mit 200h an unserer Yogaschule möglich und im Anschluss der Grundstufenausbildung, kann die Yoga Ausbildung in der Aufbaustufe weitergeführt werden.

Der Ausbildungspreis für die Aufbaustufe mit 300h ist mit einer Rate von 245,-€ monatlich in Form einer Ratenzahlung. (Individuelle Raten Vereinbarung möglich).

Die Bildungsprämie ist anerkannt für unserer Yogaschule. Die Yogalehrer Ausbildung endet mit einer schriftlichen & praktischen Lehrproben Prüfung und einem anerkanntem Zertifikat der Yogaschule Yogashakti.

Ausbildung Modul 500h: Die gesamte Yogalehrerausbildung mit 500UE ist orientierend an dem Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY. Nach der Ausbildung kannst du Mitglied beim BDY werden.

Die Bildungsprämie ESF ist für alle Module an unserer Yogaschule anerkannt!

Ausbildungsleitung:

Gründerin und Leitung der Yogaschule ist MA. Catrin Müller. Sie ist anerkannte Hatha Yoga Yogalehrerin (500h) und Vinyasa Flow Yogalehrerin (300h) und hat bei vielen Yogis und Yogalehrern den Yoga Weg studiert in Indien und Europa in den letzten 20 Jahren.

Sie hat in den letzten 15 Jahren insgesamt über 750 Yogalehrer/innen an ihrer Yogaschule in Berlin ausgebildet.

Seit 2004 leitet Sie berufsbegleitende Yogalehrer Ausbildungen im In und Ausland an. Sie ist seit 2007 Mitglied im Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY und ihre Yogaschule Shakti Yogoft ist international anerkannt und registriert vom Yoga Alliance Verband.

Das Ausbildungsteam:

verfügen über professionelle Kenntnisse in ihren jeweiligen Fachgebieten und langjährige Yoga Praxiserfahrung. Die Yoga Schüler/innen werden über die gesamte Ausbildungsdauer auf ihrem persönlichen Yoga-Weg individuell vom Yoga Team begleitet.

Teilnahmevoraussetzung:

Mindestens 1-2 Jahre Yogapraxis, Interessiert am Yoga Selbststudium und Yogakurstraining, ein Motivationsschreiben ist empfehlenswert und ein Informationsgespräch mit der Leitung unserer Yogaschule sowie Yogaprobestunde in unserer Yogaschule.

Ein Beratungsgespräch vereinbaren, rufe uns an, wir beraten dich zu unserer Ausbildung!

Info/Anmeldung:

Anmeldung unter Tel.: 030-81859242 oder **Email:** info@yogalehrer-berlin.de

Studio 1-Shakti Yogoft, Urbanstr.67, 10967 Berlin

www.yogalehrer-berlin.de

Studio 2-Shakti Yogastudio, Methfesselstr.50, 10965 Berlin

www.yogalehrerberlin.com

