



Yogalehrer Ausbildung im Modulsystem-

Die Yogaschule Shakti Yogoft von Catrin Müller und Yogateam vermitteln berufsbegleitend eine zertifizierte Yogalehrer Ausbildung, die international anerkannt ist und ermöglicht, als Yogalehrer/in Weltweit Yoga zu unterrichten.

In 2 Studios wird eine Hatha Vinyasa Yogapraxis mit vielseitigen Yoga-Übungssequenzen in Asana gelehrt und u.a. mit Pranayama-Atempraxis Techniken, die verschiedenen Meditation Formen, Mantra Praxis, die Mudra-Gesten, Bandha Energieverschluss, die Yoga-Psychologie und die Yoga Philosophie vermittelt.

Das erfahrene Yogateam und Ausbildungsleiterin Catrin Müller lehren dich während der gesamten Yogalehrer-Ausbildung professionell und innovativ in die Yogapraxis an, den Yogaweg zu erforschen und auf dem eigenen Weg individuell zu entwickeln.

Die Grundausbildung umfasst 200h und findet an den Wochenenden einmal pro Monat statt. Es wird eine fundierte Yoga-Übungspraxis mit Asana, Pranayama, Meditation und deren Anatomie gelehrt und die Philosophie des 8-stufigen Pfad nach Patanjali gelehrt.

Das Grundausbildungs-Modul 200h im ersten Jahr kann auch separat belegt werden. Der Abschluss des 1. Jahres der Grundausbildung endet mit einer schriftlichen und praktischen Lehrproben-Einheit in der Ausbildungsgruppe und mit dem internationalen Zertifikat der Yoga Alliance RYT 200h.

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

Bei Interesse an unsere Ausbildung, rufe uns gerne an zu einem **Info-Beratungsgespräch** unter Tel.: 030-81859242 oder per **Email an** : 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 im Anschluss nach Modul 200h, in die fortlaufende Aufbauausbildung 300h wechseln und Yoga weiterstudieren. In der fortführenden Aufbauausbildung 300h werden verschiedene Yogabereiche/Themen unterrichtet, wie zum Beispiel:

Die Hatha Vinyasa Yoga Übungspraxis wird in der gesamten Aufbauausbildung gelehrt mit vielseitigen Yoga Fachthemen an den Wochenenden u.a. in Ashtanga Vinyasa Yogaübungspraxis, Hormonyoga, Ayurveda Einführung, vertiefende Meditation Techniken und Yogatherapie Beispiele mit Einzelsitzungen zu verschiedenen Gesundheitsthemen und die Yoga Psychologie mit Personal Yoga Coaching.

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



Ausbildungsthemen:

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

- Yoga Ausrichtung/Alignment der vielseitigen Asana
- Yoga- Anatomie und Körpersymptomatik
- Yoga-Sequencing der Asana Variationen
- Ashtanga-Vinyasa-Yogaübungsreihe
- Hatha-Vinyasa-Yoga-Übungspraxis.

- Das 7 Chakra-System und Chakra Yoga-Praxis
 - Pranayama-Atemtechniken und Reinigungstechniken
 - Meditationstechniken und Meditationspraxis
 - Achtsamkeitspraxis und Wahrnehmungsschulung.
- Ashtanga Marga-der klassische achtgliedrige Pfad nach Patanjali
 - Philosophie, Hathayoga-Pradipika und das Sutra-Patanjali.
 - Die 4 Yogawege des Yoga.
- Die Yogatherapie 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.
- 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 in Modulsystem:

Die Yogaschülerinnen werden methodisch vom Yoga Team an den Wochenenden begleitet, den eigenen Yogastil individuell zu entwickeln und Yogastundeneinheiten in dem Ausbildungsjahr zu gestalten und in Form von Lehrproben Einheiten innerhalb der Gruppenarbeit anzuleiten.



Die Yogalehrerausbildung endet mit einer schriftlichen Abschlussarbeit und einer praktischen Lehrproben Prüfung und einem anerkannten Zertifikat der Yogaschule Shakti YogoLoft 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 das Yogatraining umsetzen.

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

Die Ausbildungsstandards:



- Die Yogaschule Shakti YogoLoft 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.

Ausbildungspreis:

Grundausbildung Modul 200h:

Dauer: 1 Jahr berufsbegleitend an den Wochenenden, jeweils Samstag 10.00-18.00 und Sonntag 10.00-16.00h einmal pro Monat. Inklusive Ausbildungsunterlagen und individuelles Personal Coaching. Unsere Yogaschule ist vom Yoga Alliance Verband international anerkannt und registriert.

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

Studenten erhalten 100€ Rabatt Ermäßigung. Bei Gesamtzahlung der Ausbildung wird ein Rabatt von 100€ ermäßigt. Unsere Yogaschule ist für den Bildungsgutschein ESF Förderung anerkannt.

Aufbauausbildung Modul 300h:

Dauer der Aufbauausbildung 300h mit insgesamt 15 Ausbildungs-Wochenenden und findet mit 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 Grundausbildung, kann die Yogalehrer Ausbildung mit Modul 300h weitergeführt werden. Der Ausbildungspreis für die Aufbauausbildung 300h ist mit einer Rate von 245,-€ monatlichen Ratenzahlung zu vereinbaren. (Individuelle Vereinbarung möglich). Die Bildungsprämie ESF ist anerkannt für unserer Yogaschule.

Unsere Yogalehrer Ausbildung ist anerkannt für die Bezuschussung von Krankenkassen Yogakursen von der Zentralen Prüfstelle Prävention ZPP.

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.

Ausbildungsleitung:

Gründerin und Leiterin der Yogaschule ist Catrin Müller. Sie ist anerkannte Hatha Yoga Yogalehrerin (500h) und Vinyasa Flow Yogalehrerin (300h) und hat bei vielen Yogis und Yogalehrern den Weg des Yoga studiert. Seit 2004 leitet Sie berufsbegleitende Yogalehrer Ausbildungen im In und Ausland an.

Sie hat in den letzten 15 Jahren insgesamt über 750 Yogalehrer/innen an ihrer Yogaschule in Berlin ausgebildet. Sie ist seit 2007 Mitglied im Berufsverband der Yogalehrenden e.V., BDY und ihre Yogaschule Shakti YogoLoft 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 Info-Beratungsgespräch vereinbaren, wir beraten dich zu unserer Ausbildung oder komm vorbei zu unseren Info Abenden!

Info/Anmeldung:

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

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

www.yogalehrer-berlin.de

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

www.yogalehrerberlin.com

