



Informationsblatt

Ausbildung zum/r Dipl. - Yogalehrer/in

Liebe/r angehende/r YogalehrerIn,

wir freuen uns, dass auch du die Faszination des Yoga für dich entdeckt hast und gemeinsam mit uns die Begeisterung für diese wunderbare Tradition teilst.

Dieses Infoblatt fasst die wichtigsten Aspekte unserer Ausbildung zusammen und wir hoffen dir damit eine kleine Entscheidungshilfe für diesen nächsten Schritt zum/r Dipl. - Yogalehrer/in geben zu können.

Unsere Ausbildung findet zur Hälfte im **Hotel Ottenstein sowie in der Kraftquelle in Altengbach** statt und eine Intensivwoche verbringen wir in Spanien (La Herradura) und sie dauert ca. **1 Jahr**. Ergänzend zur Ausbildung sind **50 Yogaeinheiten** in einem Kurs deiner Wahl zu besuchen und eine regelmäßige Praxis zu Hause ist erforderlich. Voraussetzung für die Teilnahme ist eine **dreijährige Yogaerfahrung**. Bei kürzerer Erfahrung sind nach persönlichem Gespräch und Kennenlernen Ausnahmen möglich.

Die Ausbildung ist von der **Yoga Alliance USA** anerkannt (www.yogaalliance.org) umfasst 200 Stunden und du hast die Möglichkeit international zu unterrichten.

Unsere Ausbildungsinhalte sind:

Yogapraxis: Asana, Flow, Mudra, Bandha, Meditation, Pranayama, Mantren singen, Kriyas, ayurvedischer Blick auf die Yogapraxis, Selbstreflexion, Assistenz und Korrektur im Yogaunterricht, Lehrauftritte.

Theorie: Philosophie und Geschichte, Unterrichtsgestaltung, Lehrmethoden und Didaktik, Psychologie und Spiritualität, Besprechung der klassischen Yogaschriften, medizinische Grundlagen in Anatomie, Physiologie und Biomechanik; Einführung in Ayurvedaphilosophie.

Abschlussprüfung:

schriftliche Abschlussarbeit; praktische sowie mündliche und schriftliche Prüfung am letzten Ausbildungswochenende.

Die Ausbildung gliedert sich in 9 **Wochenenden** (pro Monat eines), jeweils Samstag und Sonntag von 9.00 - 17.00 Uhr und einer **intensiven Yoga - Woche in Spanien** Mitte Juni.



Unterkunft und Verpflegung während der Ausbildungszeit:

Es besteht die Möglichkeit im Hotel Ottenstein in den Gästezimmern zu nächtigen. Die Preise betragen für ein Doppelzimmer inkl. Frühstücksbuffet € 57,- Einzelzimmerzuschlag € 7,-

Reservierungen bzw. genaue Infos und Bilder findest du unter www.hotelottenstein.at
Tel.Nr. 02826/251

Gib bitte Bescheid, dass du Teilnehmer/In der Yogalehrerausbildung bist.

Das Restaurant befindet sich in unmittelbarer Nähe und bietet sich auf Wunsch für unser Mittag - bzw. Abendessen hervorragend an!

Es gibt auch noch andere, günstigere Unterkünfte in unmittelbarer Nähe. Bitte frag bei Daniela nach!

Ebenso gibt es in Altengbach genügend Unterkünfte für deine Übernachtung falls du das wünschst. Auch hier beraten wir dich gerne.

mind. Teilnehmeranzahl: 6 Personen
max. Teilnehmeranzahl: 12 Personen

INFOABEND im Kunsthaus Horn am Do.10.01.2019 um 19.00 Uhr - (um telefonische Voranmeldung unter 0660/3173106 wird gebeten

Anmeldefrist bis 10. Februar 2019 unter:

mail: dani@enjoy4elements.com

Bei zu geringer Teilnehmerzahl findet die Ausbildung nicht statt. Nächster Ausbildungsstart ist dann der 21.09.2019

Termine für die Ausbildung vom März 2019 - März 2020

02./03. März 2019

06./07. April 2019

11./12. Mai 2019

15. Juni - 22. Juni 2019 - Intensivwoche in Spanien - La Herradura

21./22. September 2019

19./ 20. Oktober 2019

16./17. November 2019

07./08. Dezember 2019

18./19. Jänner 2020

21./22. März 2020 (Abschlussprüfung)



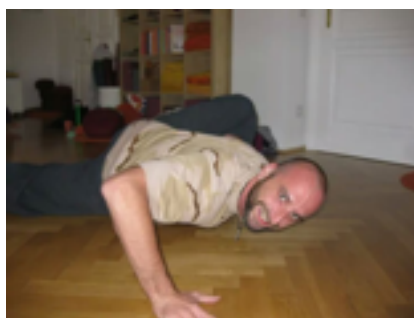
Kurskosten: € 3.600,- inkl. umfangreicher Ausbildungsskripten & Intensivwoche in Spanien (exkl. Flug)

Teilzahlung ist möglich: 2 Teilzahlungen: je € 1.940
4 Teilzahlungen: je € 980
6 Teilzahlungen: je € 660

Wir freuen uns auf dich und versprechen dir schon jetzt eine interessante und schöne Zeit.

Namaste!

Dein Ausbildungsteam!
Elmar Spielauer und Daniela Höllinger





NOTIZEN