

Fortbildung mit mehreren Modulen

Ganzheitliche Yoga-Ausbildung



Döpfer Akademie
Fort- und Weiterbildung



Alles auf einen Blick:

Zielgruppe

Interessierte, Ergotherapeuten, Erzieher, Heilpraktiker, Hebammen, Logopäden, Kosmetiker, Mediziner, Masseur, Notfallsanitäter Rettungssanitäter, Medizinische Assistenzberufe, Pflegeberufe, Pädagogen, Physiotherapeuten

Zertifikat

Die Weisheit des Yoga trifft auf die Kraft moderner Therapie

Diese Ausbildung richtet sich an Menschen aus therapeutischen, medizinischen oder heilenden Berufen, die die uralte Weisheit des Yoga mit ihrem professionellen Wissen verbinden möchten. Ob du in der Physiotherapie, Psychologie, Ergotherapie, Logopädie, Pflege, Körperarbeit oder Beratung tätig bist – Yoga kann ein wertvoller Schlüssel sein, um Menschen ganzheitlich zu begleiten und ihre Selbstheilungskräfte zu aktivieren.

Im Mittelpunkt steht die Verbindung von Tradition und moderner Wissenschaft: Du lernst, wie sich Atemtechniken, Achtsamkeit, Bewegung und Meditation mit körpertherapeutischen Konzepten vereinen lassen.

Du lernst, wie sich Yoga auf das Nervensystem, die Stressregulation und den Körper auswirkt – und wie du es gezielt für deine Klienten nutzen kannst.

Was dich erwartet:

- Modularer Aufbau: Du bestimmst dein Tempo und Tiefe – von einzelnen Modulen bis hin zur vollständigen Ausbildung mit Krankenkassenzulassung (nach §20 SGB V)
- Praxiseinbindung ab Tag 1: Deine beruflichen Erfahrungen und Fragen fließen in die Ausbildung ein – die Ausbildung ist praxisnah, individuell und orientiert sich an deinem Berufsalltag.
- Wissen mit Tiefe: Du lernst Anatomie, Psychologie, traumasensibles Yoga, Hatha und Vinyasa, Embodiment, Mantra, Mudra, Ayurveda, Meditation und mehr – immer mit dem Blick auf den therapeutischen Mehrwert.
- Du entwickelst deine eigene Praxis weiter und lernst, mit Klarheit, Präsenz und Herz zu unterrichten - in Gruppen oder 1:1 Settings.
- Du erwirbst in dieser fundierten Ausbildung sowohl tiefgreifendes Wissen als auch praktische Tools für deine tägliche Arbeit - verbunden mit Selbsterfahrung und persönlichem Wachstum.

Für die Zertifizierung nach §20 SGB V erhältst du alle erforderlichen Grundlagen.

Am Ende steht nicht nur ein Abschluss, sondern die Fähigkeit, mit Achtsamkeit und Tiefe zu unterrichten und das Vertrauen, wirklich etwas zu bewirken.

Was dich außerdem erwartet:

- eine professionelle Anerkennung durch eine zertifizierte Ausbildung
- Austausch auf Augenhöhe mit Gleichgesinnten aus dem therapeutischen Umfeld die Verbindung von fundierter Theorie mit erlebbarer Praxis
- eine wertvolle Gemeinschaft, in der Lernen und persönliche Entwicklung

Standort

Nürnberg

Termin(e)

Auf Anfrage

Weitere Informationen

Dozent

Ganapati Lehrteam Manja Brandt

Fotos:

©chamundi yoga - Manja Brandt – Alle Rechte vorbehalten.

Kooperationspartner

chamundi-akademie.de

Veranstaltungsort

Döpfer Akademie Fort- und Weiterbildung
Keßlerstraße 1
90489 Nürnberg

Ihre Ansprechpartnerin

Lisabeth Dordevic

Tel: 0911 2742888-5

Fax: 0911 2742888-9

E-Mail: l.dordevic@doepfer-akademie.de

- Hand in Hand gehen
- Lerne mit Klarheit und Präsenz zu unterrichten und erfahre selbst eine tiefgreifende Veränderung auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene.

Yoga wirkt, wenn du es wirklich lebst.

Inhalte

Asanas:

- Embodiment
- Ausrichtung, Korrekturen
- Hands on - von einfach bis komplex
- traditioneller Hintergrund und moderne Herangehensweisen

Unterrichtsmethodik:

- Sequenzieren nach verschiedenen Modellen wie Vinyasa, Ashtanga, Sivananda, Jivamukti
- verschiedene Lehrformen
- Gruppenunterricht und Privatunterricht
- Zielgruppenspezifische Anwendung

Energie

- Chakren
- Pranayama
- Energielenkung

Atemtechniken:

- yogische Sichtweise auf die Atmung
- Atemtechniken und ihre Anwendung für dich selbst
- Atemtechniken im Unterricht einsetzen
- von simpel bis komplex

Meditation:

- viele verschiedene Methoden, so dass du deine eigene finden kannst
- Hintergründe der Meditationstechniken, ihre Entstehung und die Verbindung zum philosophischen Kontext
- Meditation zur eigenen Anwendung lernen
- Meditation im Unterricht einbinden
- aktuelle Forschungen zu Meditation

Ayurveda:

- Einführung ins Ayurveda
- Verbindung von Ayurveda und Yoga
- Ayurvedisches Wissen im Unterricht anwenden

Stimme und Präsenz:

- Stimmtraining
- Stimmhygiene
- Übungen zum Sprechen im Yogaunterricht
- Übungen zur Körpersprache

Yoga und Nervensystem:

- Stress mit seinen Ursachen, Wirkweisen und Folgen
- Yoga als Mittel zur Stressprävention
- fundierte Techniken und Ideen zur eigenen Unterrichtsgestaltung

Geschichte und Philosophie:

- Zusammenhänge der verschiedenen Traditionen

- unterschiedliche Wege und entsprechende Methoden des Yoga
- grundlegenden Schriften, wie das Yoga Sutra nach Patanjali, die Hatha Yoga Pradibika und natürlich die Bhagavad-Gita Advaita Vedanta Philosophie

Entspannungsverfahren im Yogaunterricht:

- Body Scan
- Progressive Muskelentspannung
- Autogenes Training
- Phantasiereisen, Imaginationen
- lerne verschiedenen Methoden zu unterscheiden, sie richtig, sinnvoll und kreativ anzuwenden, deine eigenen Anleitungen zu entwickeln und mehr Sicherheit in deren Anwendung zu bekommen

Leben als Yogalehrer:

- Wie kann ich yogische Prinzipien in meinen westlich geprägten Alltag integrieren?
- Wie organisiere ich mich als Lehrer und als Yogi? - Wie werde ich nach der Ausbildung aktiv als Lehrer?
- Wie bleibe ich motiviert und mit Freude am Unterrichten?

Lehrpraktikum und Selbststudium:

Die Anwendung des Gelernten steht hier praktisch im Fokus:
Unterrichten von Yogastunden mit Unterstützung durch uns.
Dieses Modul findet nicht an einem Wochenende statt, sondern läuft parallel.

Hinweise

Abschluss

- Zertifikat über eine 500h Yogalehrer - Ausbildung nach erfolgreicher Teilnahme an allen Modulen und Erfüllung der weiteren Voraussetzungen.
- Dieses Zertifikat ermöglicht Dir die Beantragung der Zertifizierung nach § 20 SGB V.