

# Medical Yogalehrer

## Alles auf einen Blick:

<b>Fortbildungspunkte</b>	100
<b>Kosten</b>	570,00 € (je Modul + 140,- € Prüfungsgebühr)
<b>Zielgruppe</b>	Physiotherapeuten, Ergotherapeuten
<b>Kursziel / Abschluss</b>	Zertifikat



In dieser Ausbildung, bestehend aus 5 Modulen à 4 Tagen + abschließende Prüfung (muss separat gebucht werden), liegt der Fokus ganz auf dem Yoga.

Als einer der wenigen Anbieter in Deutschland ist unsere 200 Stunden Medical Yogalehrer-Ausbildung im Rahmen der Zertifizierung von der ZPP nach §20 SGB V anerkannt. Unsere Weiterbildung berechtigt dazu von den Krankenkassen unterstützte Yogakurse anzubieten.

Du möchtest Yoga in Prävention, Therapie oder Rehabilitation anbieten? Dann spezialisiere dich auf Medical Yoga und absolviere unsere zertifizierte 200 Stunden "Medical Yogalehrer-Ausbildung".

Die Yogalehrer-Ausbildung (200 Stunden) endet mit einem eigenen Zertifikat. Als Yogalehrer kannst du Yogastunden konzipieren und anleiten und individuell auf deine Yogaschüler eingehen.

Alle Inhalte werden immer unter dem Gesichtspunkt "Yoga als präventive, therapeutische und rehabilitative Maßnahme" unterrichtet. Medizin und Gesundheit bilden bei allem was wir tun die Basis.

Medical Yoga ist ein moderner Yogastil. Viele unterschiedliche Strömungen fließen in dieser Form gleichwertig zusammen.

Medical Yoga heißt:

- kein dogmatischer Unterricht
- Wissenschaft als Basis
- Medizin als Grundlage
- ganzheitliches Arbeiten in der Gruppe
- fokussierter Ansatz für einzelne Klienten

Medical Yoga ist ein ganzheitlicher Yogastil mit klarem Gesundheitsschwerpunkt.

## Inhalte

### Teil 1 = 40 Unterrichtseinheiten

Die Kosten für das Modul belaufen sich auf 570,- Euro.

- Einführung und Geschichte des Yoga
- Yoga-Philosophie: Grundlagen der Yogaschriften - Philosophie und Chakren Varianten der Sonnengröße
- „Yoga für die Wirbelsäule“
- Einführung in das Pranayama (Atemyoga)

### Teil 2 = 40 Unterrichtseinheiten

## Standort

Nürnberg

## Termin(e)

### Kursbeginn: Mai 2024

02.05.2024–05.05.2024, Modul 1  
04.07.2024–07.07.2024, Modul 2  
19.09.2024–22.09.2024, Modul 3  
14.11.2024–17.11.2024, Modul 4  
09.01.2025–12.01.2025, Modul 5  
13.01.2025, Prüfung (optional)  
Stundenanzahl: 200 UE

### Kurszeiten

09:00–18:30 Uhr Modul 1  
08:30–18:00 Uhr Modul 2-5

## Weitere Informationen

### Dozent

Team der Medical Yoga Academy

### Kooperationspartner

Medical Yoga Academy Florian Hockenholz  
www.medical-yoga-academy.de

### Veranstaltungsort

Döpfer Akademie Fort- und Weiterbildung  
Keßlerstraße 1  
90489 Nürnberg

### Döpfer ID

DA-NUR-912

## Ihre Ansprechpartnerin

### Antonia-Maria Härtel

Tel: 0911 274 2888-5

Fax: 0911 2742888-9

E-Mail: a.haertel@doepfer-akademie.de

Die Kosten für das Modul belaufen sich auf 570,- Euro.

- Yoga-Philosophie: 8 Gliedrige Pfad, Yamas, Niyamas & Gunas Standhaltungen, Hatha Yoga, intensiv
- Praktische Arbeit in den Asana Gruppen; Haltungsanalyse, Haltungsschulung durch Yoga; Yogaspezifische Muskelanatomie & Physiologie

### **Teil 3 = 40 Unterrichtseinheiten**

Die Kosten für das Modul belaufen sich auf 570,- Euro.

- Yoga-Philosophie: 3 Körper & 5 Hüllen Pädagogik und Didaktik einer Yogastunde Erstellen von Yogasequenzen
- Vorbeugen & Rückbeugen, Pranayama
- Yogaspezifische Anatomie & Atemphysiologie

### **Teil 4 = 40 Unterrichtseinheiten**

Die Kosten für das Modul belaufen sich auf 570,- Euro.

- Asanas: Hüftöffner, Twists & Vertiefungen
- Yoga-Philosophie: Kleshas
- Methodik & Didaktik
- Yogaspezifische Anatomie und Physiologie des Nervensystems

### **Teil 5 = 40 Unterrichtseinheiten**

Die Kosten für das Modul belaufen sich auf 570,- Euro.

- Asanas: intensive Übungen, Armbalancen & Umkehrhaltungen Vertiefung aller Bereiche des Yoga
- Prüfungsvorbereitung und Prüfung; Prüfung = 10 Unterrichtseinheiten
- Schriftliche Prüfung mit ca. 90 Minuten über alle theoretischen und praktischen Unterrichtseinheiten
- Hausarbeit: ausführliches Ausarbeiten einer Yogastunde mit vorgegebenem Thema
- Praktische Prüfung: das unterrichten einer Yogastunde mit mindestens 6 Teilnehmern

### **Teilnahmevoraussetzungen**

Grundlegende körperliche Fitness ohne größere gesundheitliche Einschränkungen. Es können alle Berufsgruppen an dieser Weiterbildung teilnehmen - die nach Paragraph 20 SGB V Zulassung gibt es nach 200 Stunden nur für staatlich anerkannte Therapeuten (Ergotherapeuten, Physiotherapeuten). Alle weiteren Berufsgruppen benötigen insgesamt 500 Stunden und eventuell weitere Unterrichtspraxis.

### **Hinweise**

Bitte eine Yoga-Matte, Yoga Blöcke, Decke, Kissen und sportliche Kleidung zum Kurs mitbringen.

**Die Anmeldung ist nur für den kompletten Kurs (Module 1 bis 5) möglich. Für die Prüfung bitte nach der Teilnahme am Modul 5 separat anmelden.**