

Ausbildung – Der regenerierende Yoga

Der regenerierende Yoga beinhaltet ein Ausbildungskonzept auf mehreren Ebenen, da für uns die Wirkung verschiedener Facetten dieses Yogaweges auf Körper, Geist und Seele im Vordergrund steht. Damit Du als Yogalehrer diese Tiefenwirkung bei Deinen Teilnehmern erzielen kannst, lernst Du in unserer Ausbildung alle wichtigen Aspekte kennen: Energetische Anatomie (Meridian- und Chakrenlehre), die Wirkungsweise von langgehaltenen Dehnübungen auf Faszien, Muskeln, den Geist und die Meditation. Du lernst, wie Du aus diesen Bausteinen abwechslungsreiche und tiefentspannende Stunden sequenzieren kannst und so immer wieder neue Stundenkonzepte erstellen kannst.

Unsere regenerierende Yoga-Ausbildung lässt Dich tief in diese faszinierende Welt des "Restorative" eintauchen. Wir besprechen die regenerative Praxis mit verschiedenen Schwerpunkten, den Stundenaufbau, die damit verbundenen einzelnen Asanas und das Sequencing im Einzelnen, so dass Du im Anschluss an diese Ausbildung auch sicher unterrichten kannst.

Die Ausbildung - Der regenerierende Yoga vermittelt für diese Kursleitertätigkeit wichtige theoretische wie praktische Kenntnisse.

Aufbau der Ausbildung

Die Ausbildung besteht aus 2 Teilen:

Nr	Ausbildung	Bemerkung	Dauer
01	Der regenerierende Yoga	Im UNIT Yoga	5 Tage
02	Heim-Übungsphase	Erstellung von 4 Stundenkonzepten	

Themen und Inhalte

Die regenerierende Yoga Ausbildung vermittelt für die Yogalehrertätigkeit in den Bereichen Yin Yoga, Restorative, Long-slow-deep, sowie Yin & Yang alle theoretischen und praktischen Kenntnisse.

Restorative Yoga unterscheidet sich in vielen Aspekten vom dynamischen Yoga. Während Vinyasa Yoga eher den Yang Part anspricht, geht der regenerierende Yoga mehr ins Yin. Yin & Yang sind die Polaritäten, die zwischen Himmel & Erde die Gesetzmäßigkeiten finden.

- Was ist mentales Yin Yoga?
- Wirkungsweisen von Yin Yoga?
- Yin Anatomie: Bindegewebe, Faszien, Bänder, Knochen, Gelenke
- Yang Anatomie: Muskeln
- Meridianlehre
- Long slow deep – der Unterschied zum Yin
- Restorative Yoga mit Hilfsmitteln
- Wie kann ich meine Teilnehmer über die Sprache „fesseln“?
- Wie finde ich ein Thema?
- Der meditative Aspekt der Praxis
- Erstellung eigener Stundenkonzepte
- Aufbau, Sequencing, Struktur des Restorative Yoga
- Supervision und Austausch

Heim-Übungsphase

Es werden im Heim-Studium vier Stundenkonzepte zu verschiedenen Themen und Schwerpunkten erstellt und zum Teil während der Ausbildung präsentiert.

Freue Dich auf eine spannende Ausbildung, in der Du Yoga aus einer ganz neuen Perspektive erleben darfst.

Kursgebühren

Detail	Gebühr	Bemerkung
Der regenerierende Yoga	750,- €	Bei Einmalzahlung
mit Frühbucher-Rabatt (FB1)	700,- €	Buchung bis 2 Monate vor Ausbildungsbeginn
mit Frühbucher-Rabatt (FB2)	600,- €	Buchung und Zahlung bis 2 Monate vor Ausbildungsbeginn
Ratenzahlung möglich	ab 55,- €	Ratenzahlungsmöglichkeiten siehe Anmeldung

Der Frühbucherrabatt ist gültig bis 2 Monate vor Ausbildungsbeginn.

Als staatlich anerkannte Ergänzungsschule nach § 4 Nr. 21a) bb) UstG. sind wir für diese Ausbildung von der Mehrwertsteuer befreit.

Eine Ratenzahlung mit individueller Zahlungsvereinbarung ist möglich. Bei Anmeldung wird eine Anzahlung von 250,- € fällig. Dieser Betrag ist nicht erstattungsfähig. Der Frühbucher-Rabatt ist gültig bei Buchung bis 2 Monate vor Ausbildung. Weitere Informationen findest Du in der Ausbildungsvereinbarung/ Anmeldung.

Bei Fragen zur Ausbildung oder zur Ratenzahlung melde dich gerne bei uns unter:

Tel. 0611 – 890 66 891; Mobil: 0176 – 436 92 331 oder Email ausbildung@unit-yoga.de

Im Preis enthalten sind

- Die gebuchte Ausbildung
- Sehr umfangreich ausgearbeitete Schulungsunterlagen

Abwesenheit

Wird die Ausbildung nachweislich durch Krankheit oder Verletzungen (ärztliches Attest und rechtzeitige Abmeldung erforderlich) unterbrochen, kann die Ausbildung zeitverzögert mit der nächsten im UNIT Wiesbaden stattfindenden Ausbildung weitergeführt werden.

Wird die Ausbildung nicht angetreten oder freiwillig abgebrochen, bleibt die Ausbildungsvereinbarung bzw. das Vertragsverhältnis weiterhin bestehen.

Wir behalten uns vor, bei Unterschreitung der von uns festgelegten Mindestteilnehmerzahl von 10 Teilnehmern die Ausbildung zeitlich zu verschieben oder abzusagen.

Teilnehmerzahl

Wir behalten uns vor, bei Unterschreitung der von uns festgelegten Mindestteilnehmerzahl von 10 Teilnehmern die Ausbildung zeitlich zu verschieben oder abzusagen.

Bildungsprämie/Prämiengutscheine

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung unterstützt Weiterbildungen mit einer Bildungsprämie bis zu 500 €. Hierzu müssen jedoch folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Die Weiterbildung sollte dem Berufswunsch entsprechen
- Erwerbstätigkeit von mind. 15 Std. pro Woche (oder in Eltern- oder Pflegezeit mit Vertrag über mind. 15 Std. pro Woche)
- Zu versteuerndes Jahreseinkommen unter 20.000 € (oder 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten)
- Es können keine zusätzlichen Zuschüsse für die Ausbildung beantragt werden
- Anmeldung für Yogalehrer Ausbildung auch VOR Beratungstermin zur Bildungsprämie möglich, Rechnung darf lediglich noch nicht ausgestellt sein
- In Hessen & Hamburg ist die Förderung von Ausbildungen ohne Obergrenze möglich, in Sachsen werden nur Ausbildungen bis 1.000 € gefördert

Hier findest Du weitere Informationen: www.bildungspraemie.info

Weitere Informationen bekommst Du hier:

UNIT Yoga Aus- und Weiterbildung
Wiesbaden | Hamburg | Leipzig
Biebricher Allee 30

65187 Wiesbaden
Tel: 0611 / 890 66 891
Mobil: 0176 / 436 92 331

ausbildung@unit-yoga.de

Namasté

UNIT Yoga Aus- & Weiterbildungen
Anerkanntes Ausbildungsinstitut der American Yoga Alliance