

# SINNBILDUNG

seit 1990 Aus-, Fort- & Weiterbildung



## AKADEMIE DER KULTUREN NRW FREIE AKADEMIE FÜR GANZHEITLICHE ENTWICKLUNG

# Programm 2017



NRW

Workshops, Seminare, Aus- & Weiterbildungen

Informationen unter:

Telefon (15-17h):

Allgemeine Info/Anmeldung zu Seminaren: 0234- 9411184

Beratung zu Bildungsschecks/ Bildungsförderungen:

0234- 3247830

Mail: [akademie@prokulturgut.net](mailto:akademie@prokulturgut.net)



[www.prokulturgut.net](http://www.prokulturgut.net)



### LERNRÄUME, KOOP-PARTNER & PROJEKTE:

- **BOLA - Haus der Kulturen Bildungsstätte & Kulturhostel. BO-Dahlhausen**
- **Cultura Akademie**
- Internationale Akademie für Intuitive Weltmusik. Bochum
- Entspannt & Kreativ. Essen
- Feng Shui Center. Köln
- Haus Yoga Vidya. Bad Meinberg, Westerwald, Nordsee, Köln
- Veda Institut für Yoga & Meditation
- MediArt Institut für audiovisuelle Kunst & AV-/EDV. Bochum
- Theater im Depot. Dortmund
- Theaterschule Essen-Süd
- IATTM. International Academy for Traditional Tibetan Medicine
- TSY ingradual Gbr - Traumasensibles Yoga

... und auf Bildungsreisen an anderen Orten & in anderen Ländern



## Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung – staatl. anerkannt nach WBG seit 1990



# Akademie der Kulturen NRW.

**Programm 2017**

### INHALT:

> **Basisinfo, Leitbild und AGBs**

> **Programmkalender**

sortiert nach Fachbereichen, Orten und Beginndatum

> **Alle Programminfos**

mit Beschreibungen sortiert nach Fachbereich und Titel.

Sie finden die Veranstaltungen mit der Suchfunktion des pdf-Readers  
durch Eingabe von z.B. Kursnr., Titel oder Datum



Liebe Interessenten & Freunde!

Wir freuen uns, Ihnen jetzt das vorläufige Gesamtprogramm dieses Jahres vorstellen zu können.  
Es gibt wieder eine Fülle attraktiver **Kurse, Workshops, Seminare & abschlussbezogener Bildungsgänge**.

Auch in diesem Jahr gibt es wieder viele **Bildungsurlaube** und zusätzliche Möglichkeiten für Arbeitnehmer, Kursgebühren durch einen [www.Bildungsscheck.de](http://www.Bildungsscheck.de) des Landes zu 50% (max. 500 € im Jahr pro Person oder Angestellter) bezuschusst zu bekommen. Dazu besteht bundesweit unter bestimmten Bedingungen die Möglichkeit, die [www.Bildungsprämie.info](http://www.Bildungsprämie.info) in Anspruch zu nehmen.

45.000 Unterrichtsstunden sind im Angebot und erstrecken sich

\* von **Digitalen Anwendungen und Mediens Schulungen**

(z.B. TV\_Produktionen, Kamera, Schnitt, Mac, Linux, Content Management, Adobe DTP, Design, Datenbanken),

\* über **berufsbezogene Aus- und Weiterbildungen** zu

AusbildungsleiterInnen, TherapeutInnen, BeraterInnen oder DozentInnen in den Bereichen:

**Projekt-, Kultur- & Eventmanagement, Ayurveda, Tibetische Medizin, Yogalehrer, Fengshui-Berater,**

**Europäische Sprachen, Musik, Schauspiel, Landschaftsgestaltung, Ökologie & Umwelt,**

\* Grundbildungen im Projekt- & Medienbereich ("Mit finanzieller Unterstützung des Landes Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds")

\* und dem Bildungsprojekt **Persönliche und berufliche Orientierung in kulturellen Arbeitsfeldern**

für Jugendliche (ab 16 J.) und Erwachsene, die für ihre berufliche Entwicklung praktische Kenntnisse und Erfahrungen  
in neuen, kreativen, kulturellen und ganzheitlichen Sinnzusammenhängen suchen.

\* bis hin zu spartenübergreifenden Projekten, Seminaren und Vorträgen zur **bewussten Lebensgestaltung**, für **Entspannung und Stressbewältigung**,  
zum Training **gewaltfreier Kommunikation** und zur Anwendung von **Meditation** und **Geistestraining** für die persönliche Entwicklung.

### **BILDUNG AUF BESTELLUNG:**

Wenn Sie privat, als Gruppe oder Firma Interesse an weiteren Terminen, hier nicht gelisteten, anderen speziellen Seminaren oder Trainings haben, setzen Sie sich  
bitte mit uns in Verbindung.

**Über Anregungen, Wünschen, Aufträgen, Vernetzungen und Partnerschaften freuen wir uns.**

# AKADEMIE DER KULTUREN NRW.

## Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung

- staatlich anerkannt nach WbG vom Land NRW -



### Informationen und Anmeldung zu unseren Veranstaltungen:

- **Um für die Teilnahme Bildungsurlaub zu beantragen**, sollten sie sich spätestens 7 Wochen vor Beginn bei uns über die Formalitäten informieren!
- **Bildungsschecks** können Sie i.d.R. bei der nächsten VHS oder IHK Vertretung erhalten.
- Informationen zu der Bundesförderung gibt es auf: [www.bildungsprämie.info](http://www.bildungsprämie.info)

### **Beratung zu Bildungschecks/ Bildungsförderungen:**

bei Reinhard Kreckel, Gordana Simundza, Daniel Fenge oder KollegInnen (Beratung i.d.R. 15-17h)  
- fon 0234 3247830, -95068304, -95067319

### **Anmeldungen**

**per E-Mail an:** [akademie@prokulturgut.net](mailto:akademie@prokulturgut.net)

Betreff: Anmeldung oder Anfrage zu ... Seminar Nr ...

Inhalt: Seminarartikel, Beginn, Vorname, Name, Anschrift, Telefon/e, E-Mail, ggf. Geburtstag und Beruf

**oder telefonisch:** 0234 9411184

Akademie der Kulturen NRW

in der BOLA Bildungsstätte & Kulturhostel, Herbergsweg 1, 44879 Bochum

und den Kooperationspartnern

- Internationale Akademie für Intuitive Weltmusik. Bochum
- Entspannt & Kreativ. Essen
- Feng Shui Center. Köln
- Haus Yoga Vidya. Bad Meinberg, Köln, Oberlahr, Nordsee
- Veda Institut für Yoga & Meditation
- TSY ingradual
- MediArt Institut für audiovisuelle Kunst & AV-/EDV. Bochum
- Theater im Depot. Dortmund
- Theaterschule Essen-Süd
- IATTM. International Academy for Traditional Tibetan Medicine

***Sie sind uns als Teilnehmer, Mitarbeiter und Partner willkommen!***

***Bitte zögern sie nicht, mit uns Kontakt aufzunehmen, damit wir gemeinsam ein Angebot entwickeln können, das ihren Bedürfnissen entspricht. Bitte bewerten Sie die Qualität der Seminare unter: [prokulturgut.net/feedback.html](http://prokulturgut.net/feedback.html)***

*Falls sie Fragen zu unseren Angeboten haben oder selbst als Dozent tätig werden möchten, sprechen Sie uns bitte an.*

***Wir wünschen Ihnen viel Freude und Erfolg bei der Teilnahme an unseren Veranstaltungen!***

***[www.akademiederkulturen.de](http://www.akademiederkulturen.de)***

# AKADEMIE DER KULTUREN NRW.

Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung -  
staatlich anerkannt nach WbG vom Land NRW -



Die "Akademie der Kulturen NRW" ist eine Einrichtung der Weiterbildung in Trägerschaft des Kulturgut e.V.  
Das Bildungswerk arbeitet im Rahmen des WbG, sein Sitz ist in Bochum mit verschiedenen Kooperationspartnern in NRW.

Qualitätsmanagement nach Gütesiegelverbund

heißt:

- ◆ Die Zufriedenheit der Teilnehmerinnen und Teilnehmer steht im Mittelpunkt der Qualitätsbestrebungen der Weiterbildungseinrichtung.
- ◆ Die Einrichtung berät Interessentinnen und Interessenten in Fragen der Weiterbildung.
- ◆ Sie richtet die Planung ihres Programms an den Interessen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer und am gesellschaftlichen Bedarf aus.
- ◆ Bei der Auswahl der Lehrenden wird auf deren fachliche und pädagogische Kompetenz geachtet.
- ◆ Die Einrichtung stellt sicher, dass für den Lernerfolg geeignete Unterrichtsräume, Materialien und Medien zur Verfügung stehen.
- ◆ Anregungen, Lob und Kritik werden aufgegriffen, ihre Bearbeitung kommt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zugute.
- ◆ Die Einrichtung hat sich verpflichtet, Qualität systematisch weiter zu entwickeln.

Die Akademie der Kulturen NRW hat am 12.08.2011 das Gütesiegel Weiterbildung erhalten und damit Qualität nach Gütesiegelverbund nachgewiesen.  
Die Rezertifizierung fand am 15.10.2014 statt. Bitte geben Sie uns Feedback und Anregungen unter: <http://www.prokulturgut.net/feedback.html>

## Ausgangspunkt und Ziele

Umfassende und interkulturelle Bildung im Sinne lebenslangen Lernens ist Grundlage für die Weiterentwicklung unserer Gesellschaft und Kultur.  
Deshalb ist unser konzeptioneller Schwerpunkt eine ganzheitliche und nachhaltige Bildung, die uns stärkt und hilft, zu emanzipierten, selbstbestimmten und kreativen Individuen zu reifen.

Die Akademie will Lernerfahrungen ermöglichen, die helfen, die Persönlichkeit zu entfalten, Probleme zu bewältigen und zur Weiterentwicklung unserer Gesellschaft beizutragen. So können wir bewusst Verantwortung für die Gestaltung unserer Mitwelt übernehmen. Damit möchten wir für alle zu einer positiven, lebenswerten Zukunft beitragen.

Die DozentInnen verfolgen ein ganzheitliches Lern- und Lehrkonzept, das den TeilnehmerInnen Wege zu einem bewussten Umgang mit sich selbst und ihrer Umwelt zeigen will. Dies wird nicht zuletzt durch das breit gefächerte Veranstaltungsangebot ermöglicht.

Als NRW-Bildungswerk ist der Akademie besonders daran gelegen, in Bezug auf die Weiterbildung und Fortbildung einen Beitrag zur Eröffnung neuer Chancen und Tätigkeitsfelder zu leisten. Es sollen Kenntnisse und Fertigkeiten vermittelt werden, die eine Erweiterung der beruflichen Perspektive ermöglichen. Aus diesem Grund richten sich viele der angebotenen Seminare an Arbeitslose und Arbeitnehmer.  
Für einen großen Teil der Angebote kann Bildungsurlaub nach dem Arbeitnehmer-Weiterbildungsgesetz (AWBG) in Anspruch genommen werden.

## Inhalte

Inhaltlich orientiert sich die Akademie an den aktuellen Bedürfnissen, die zur Ausbildung oder Vertiefung beruflicher Tätigkeiten notwendig sind. Dabei geht es um Entwicklung oder Vertiefung fundamentaler Erkenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten verschiedener Kulturen und ihre reflektierte Umsetzung in die angesprochenen Bereiche des beruflichen und persönlichen Alltags. Neben der Vermittlung von Fertigkeiten steht die Entwicklung schöpferischer Fähigkeiten im Vordergrund.

## Vermittlungsformen

Kurse, Seminare, Workshops, Aus-/Bildungsprojekte, Exkursionen und Studienreisen

## Bereiche

- \* Neue Medien, Webdesign & EDV
- \* Film & Video
- \* Bildende Kunst & Design
- \* Musik
- \* Yoga, Gesundheit und Ernährung
- \* Interkulturelle Kommunikation
- \* Umwelt und Ökologie
- \* Stress- und Konfliktbewältigung
- \* Schlüsselkompetenzen und (Kultur-)Kreativität
- \* Online Journalismus
- \* Kultur & Pädagogik
- \* Tanz & Theater
- \* Heilung, Massage, Tibetische Medizin, Ayurveda
- \* Sprachen und Literatur
- \* Wertebezug und Sinnbildung
- \* Geistestraining, Achtsamkeit und NLP

## Schwerpunkte

- \* Kommunikation mit verschiedenen Medien
- \* Fremdsprachen (vorwiegend Europäische)
- \* Philosophien östlicher Kulturen
- \* Ökologie und Umweltbildung
- \* Interkulturelles Lernen und Kulturarbeit /-management
- \* Gewaltfreie Kommunikation
- \* Ergänzende berufsorientierte Angebote und Ausbildungen in kultur kreativen Bereichen
- \* Ausbildungen zu Ausbildungsleitern, insbesondere in den Bereichen von Kunst und Kreativität, Yoga, Gesundheit, Feng-Shui, Körper und Geist.

## Methoden

- \* Umgang mit modernen Technologien
- \* Vermittlung und Anwendung klassisch-kultureller Techniken und traditionellen Wissens
- \* Projekt-/praxisorientierte und spartenübergreifende Bildungsprojekte
- \* Direkte Umsetzungen von Lernerfahrungen in Alltag und Beruf
- \* Abschlussorientierte Weiterbildungen kombinieren theoretische Hintergründe mit praktischen Erklärungen und Übungen



Mit finanzieller Unterstützung des Landes  
Nordrhein-Westfalen und des Europäischen Sozialfonds



EUROPÄISCHE UNION

Europäischer Sozialfonds

Ministerium für Arbeit,  
Integration und Soziales  
des Landes Nordrhein-Westfalen



## **Teilnahmebedingungen/ AGB der Akademie der Kulturen NRW**

### **Grundlagen**

Die Satzung der Akademie der Kulturen NRW und das Weiterbildungsgesetz des Landes NRW bilden die Grundlagen für die Arbeit der Bildungseinrichtung.

### **Geltungsbereich**

Die folgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen regeln das Verhältnis zwischen Teilnehmenden an Veranstaltungen und der Akademie der Kulturen NRW.

Zusätzlich können für einzelne Angebote besondere Bedingungen maßgeblich sein, die in der jeweiligen Veranstaltungsankündigung im Programmheft ausgewiesen sind. Abweichende Allgemeine Geschäfts- oder Teilnahmebedingungen haben dann keine Gültigkeit.

### **Teilnahme**

1. Die Teilnahme an Veranstaltungen der Akademie der Kulturen NRW steht allen Interessierten offen.
2. In besonderen Fällen können Zugangs,- Tätigkeits,- oder Leistungsvoraussetzungen vorgeschrieben sein.

### **Anmeldung**

1. Für die Teilnahme an Veranstaltungen der Akademie der Kulturen NRW ist eine Anmeldung notwendig.  
Eine Anmeldung für die gewünschte/n Veranstaltung/en kann telefonisch, schriftlich, per Fax, persönlich oder über das Internet erfolgen.  
Jede eingehende Anmeldung betrachten wir als verbindlich.
2. Anmeldebestätigungen werden nur für Bildungsurlaube auf Anfrage versandt.  
Für alle anderen Veranstaltungen werden keine Anmeldebestätigungen verschickt.  
Eine besondere Benachrichtigung erfolgt nur, wenn eine Veranstaltung ausfällt oder sich etwas ändert.
3. Mit der Anmeldung werden die Allgemeinen Geschäftsbedingungen anerkannt.
4. Für Veranstaltungen mit begrenzter Teilnehmerzahl ist die zeitliche Reihenfolge des Anmeldungseingangs ausschlaggebend für die Belegung der Veranstaltungsplätze.

### **Teilnahmekosten**

1. Mit der Anmeldung verpflichten sich die Teilnehmer/innen zur Zahlung der Veranstaltungsgebühren per Überweisung.  
Bei einer persönlichen Anmeldung können die Veranstaltungsgebühren auch bar bezahlt werden.
2. Die Teilnahmekosten sind vor Veranstaltungsbeginn fällig. Überweisungen müssen in der Regel 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn bei uns eingegangen sein. In Ausnahmefällen kann die Zahlung auch nach dieser Frist erfolgen.  
Wenn in einer Veranstaltung noch freie Plätze vorhanden sind ist eine Zahlung außerhalb dieser Frist möglich.
3. Ermäßigte Teilnahmekosten können nur nach entsprechendem Nachweis gewährt werden.  
Ermäßigungen für bestimmte Veranstaltungen sind dem Programm zu entnehmen.

### **Nichtdurchführung, Rücktritt, Kündigung und Abbruch der Veranstaltung**

1. Liegen für Veranstaltungen nicht genügend Anmeldungen vor oder ist es nicht möglich ein Seminar programmgemäß durchzuführen, aus Gründen, die nicht von der Akademie der Kulturen NRW zu vertreten sind, so kann eine Veranstaltung abgesagt werden.
2. Bei einer Absage von Veranstaltungen durch die Akademie der Kulturen NRW werden bereits geleistete Zahlungen voll erstattet.  
Bei einer Absage zu Veranstaltungsstellen durch die Akademie der Kulturen werden bereits geleistete Zahlungen anteilig erstattet.
3. Bei einem Rücktritt von Veranstaltungen erheben wir eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von 15 Euro .  
Bei einem Rücktritt bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn erheben wir eine Ausfallgebühr in Höhe von 20% der Teilnahmekosten.  
Bei späterem Rücktritt berechnen wir i.d.R. in allen Fällen die Ausfallgebühr in Höhe der gesamten Teilnahmekosten.  
Die Berechnung einer Ausfallgebühr kann entfallen, wenn eine Ersatzperson den Platz einnehmen kann.
4. Für einige Veranstaltungen gelten besondere Anmelde- und Rücktrittsbedingungen.  
Diese sind dann in der jeweiligen Veranstaltungsankündigung ausgewiesen.

### **Personenbezogene Daten**

Personenbezogene Daten werden über EDV unter Beachtung der gesetzlichen Bestimmungen zum Datenschutz gespeichert. Genaue Angaben zu Anrede, Name und Adresse sind zur Bearbeitung der Anmeldung erforderlich. Die Telefonnummer und Emailadresse ist für organisatorische Zwecke hilfreich. Wir senden unseren Teilnehmern in unregelmäßigen Abständen Informationen zu unserem aktuellen Programm per Email zu, falls dies nicht mehr erwünscht ist, können sie den Newsletter jederzeit abbestellen. Eine Weitergabe von Daten an Dritte ist nur zur Durchführung der Veranstaltung zulässig.

### **Haftung**

1. Eine Haftung für Unfälle, Sach- und Personenschäden, Verlust von Gegenständen bei der An- und Abreise sowie während der Veranstaltung wird von der Akademie der Kulturen NRW nicht übernommen, es sei denn dass der Schaden von uns grob fahrlässig oder vorsätzlich verursacht wurde. Jede/r TeilnehmerIn trägt die volle Verantwortung für sich und ihre/ seine Handlungen in der Veranstaltung.
2. Außergewöhnliche Ereignisse wie Naturkatastrophen, Verkehrsstörungen, Krankheit der/ des ReferentIn sowie sonstige Fälle von höherer Gewalt, die die Akademie nicht zu vertreten hat, befreien die Akademie der Kulturen NRW für die Dauer der Auswirkungen von der Verpflichtung der Vertragserfüllung. In diesen Fällen ist die Akademie der Kulturen NRW nicht zum Schadenersatz, insbesondere nicht zum Ersatz von Reise- und Übernachtungskosten sowie von Arbeitsausfall verpflichtet.  
Die Betonung der Entwicklung kreativer Fähigkeiten in den methodischen Ansätzen soll eine Umsetzung der Lernerfahrungen über den direkt angesprochenen Berufs- und Lebensbereich hinaus ermöglichen und zu einer ganzheitlichen und nachhaltigen Bewältigung unseres wechselhaften Zeitalters beitragen.





Kurse, Seminare, Vorträge, Workshops, Bildungsurlaube,  
Kultur & Sprachreisen und abschlussbezogene Bildungsgänge

Audio-Visuelle Kunst - Bildende Kunst - Körper und Geist -  
Literatur - Musik - Tanz - Theater - Kommunikation - Neue Medien & EDV -  
Spartenübergreifendes - Umwelt & Ökologie - Kultur-/Pädagogik - Politik

### **ORIENTIERUNGSHILFE:**

**Hier der Veranstaltungs-Kalender nach Fachbereichen, Orten und Daten sortiert**  
**Im E-book dann sind alle Veranstaltungen mit umfassenden Informationen**  
**nach dem TITEL der Veranstaltungen sortiert, so dass Sie sie leicht wieder finden können**

Anmeldung & vollständige Seminar-Infos (Ebook) und  
Ergänzungen finden Sie immer auf **www.prokulturgut.net**

Allgemeine Infos und Anmeldung:

Mo-Fr 15-17 Uhr

fon 0234 9411184

c/o BOLA Bildungsstätte

Herbergsweg 1, 44879 Bochum

Beratung zu Bildungsschecks/

-förderungen: fon 0234 -3247830,

-95068304, -95067319

Reinhard Kreckel (Ltg), Daniel Fenge,

Gordana Simundza

**Beginn 01.01.2017 :**

## **Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### **Entspannungskursleiter Ausbildung**

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

• **Kati Tripura Voß:01.01.2017-06.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11714

### **Gurukula Yogalehrer Ausbildung**

2-monatige Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga Praxis, in Anlehnung an das traditionelle Gurukula-System. Für besonders intensiven spirituellen Fortschritt und Lernen auf allen Ebenen.

• **Mona Henss:01.01.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11720

### **Kirtan und Mantrasingen Kursleiter-Ausbildung**

Du erlernst Menschen ins Mantra-Singen einzuführen, Kirtangruppen zu etablieren, Mantraseminare zu geben und Menschen Freude am Singen zu vermitteln. Beschreibung s.S. xx.

· **Hagit Noam, Narendra Hübner:01.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11716

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . .:01.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11719

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott:01.01.2017-06.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11715

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . .:01.01.2017-13.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11718

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A1 - Jnana Yoga und Vedanta

Jnana Yoga und Vedanta, indische Schriften und Philosophie-Systeme, Unterrichtstechniken, Hatha Yoga, Sportmedizin, Entspannung und Stressmanagement.

· **Vedamurti Dr. Olaf Schönert, Kay Hadamietz:01.01.2017-10.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11717

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Tat Twam Asi

Es fällt dir nicht so leicht, dauerhaft die hohen Ideale und Erkenntnisse so in deinen Alltag zu integrieren, dass sie sich in Form von mehr Gelassenheit, Ruhe und Lebensfreude ausdrücken? Dieses Wochenende holt dich aus der „Froschperspektive“ heraus, macht dir wieder einmal bewusst, dass es eine höhere Wirklichkeit gibt. Für ernsthaft spirituell Interessierte.

• **Narada Marcel Turnau:01.01.2017-04.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11711

## Weiterbildung für Yogalehrer - Flüchtlinge und traumatisierte Menschen unterrichten

Trauma-Sensitives Yoga für Flüchtlinge kann viel zur Heilung und Integration dieser Menschen beitragen. Unterrichtsinhalte und kritische Bereiche der Arbeit mit Traumatisierten. Mit Rollenspielen und Unterrichtsbeispielen.

• **Anandini Einsiedel:01.01.2017-04.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 33 Uh - €: - Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11712

## Neue Medien & EDV

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Grundbildung Schlüsselqualifikationen für das moderne Berufsleben - Projekt Assistent - Schwerpunkt Mediengestaltung - Zertifikat - Abschnitt 2017

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel:01.01.2017-30.09.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 604 Uh - €: - · Nr. ABOL11697

## Grundbildung Schlüsselqualifikationen für das moderne Berufsleben - Projekt Assistent - Zertifikat - Abschnitt 2017

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel:01.01.2017-30.09.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 604 Uh - €: - · Nr. ABOL11693

Beginn 02.01.2017 :

## Spartenübergreifend

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:02.01.2017-31.01.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12278

**Beginn 03.01.2017 :**

## **Körper und Geist**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

### **Geistestraining und buddhistische Meditation**

Buddhistische Einsichten und Methoden für Bewusstheit und Lebensfreude

**Reinhard Rechungpa Kreckel · Gordana Simundza:03.01.2017-19.12.2017.** di. 19.00-22.00h. - Kurs. 160 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt ·  
Nr. ABOL12264

***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***

### **Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev**

Wer schon viele Monate oder Jahre mit einem Mantra arbeitet, braucht neue Anleitung und Tipps, um weiter zu kommen. Sukadev zeigt dir Techniken, um die Meditation tiefer und machtvoller werden zu lassen. Täglich mind. 3 Stunden Mantra-Meditation und geistige Mantra-Wiederholungen während den Yogastunden. Es ist hilfreich im Anschluss noch weiter im Ashram zu bleiben und eventuell eine Purushcharana, das klassische Ritual zur Mantrashakti-Aktivierung, durchzuführen.

· **Sukadev Bretz, Swami Divyananda:03.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11721

**Beginn 06.01.2017 :**

## **Körper und Geist**

***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***

### **Ayurveda Ausbildung Vorbereitungs-Seminar**

Einführung in Theorie und Praxis: Ayurveda Gesundheitslehre, Dosha-Lehre, Ayurveda Massage, Anwendungen und Therapien. Information und Beratung über die verschiedenen Ayurveda Ausbildungen bei Yoga Vidya.

· **N.N.:06.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY11722

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . .:06.01.2017-13.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY11723

**Beginn 07.01.2017 :**

**Körper und Geist**

*Yogaraum Mönchengladbach – Sophienstr. 29 – 41065 M.-gladbach*

## 2-jährige berufsbegleitende Ausbildung zum Yogalehrenden Jahr 2

2-jährige berufsbegleitende Yogalehrer-Ausbildung

**Joachim Pfahl · :07.01.2017-10.12.2017.** Samstagen wie auch an den Sonntagen 09:00-10:30, Pause, 10:45-12:15, Pause, 13:15-14:45, Pause,  
 15:00-16:30, Pause, 16:45-18:15. - Seminar / Ausbildung. 230 Uh - €: - Teilnahmegebühr bei Buchung von Jahr 1 AVIG11566 enthalten · Nr. AVIG11572

**Beginn 08.01.2017 :**

**Körper und Geist**

*Yoga Vidya Nordsee*

## Meditationskursleiter Ausbildung Teil 1

Ausbildung zum/zur Meditationskursleiter/in:Teil 1 (7 Tage): Vermittlung von umfangreichem theoretischen Wissen, Besprechung von Unterrichtstechniken und intensive Meditationspraxis. Teil 2: 5 Tage Schweigewoche. Einzelnen oder kompakt beides zusammen buchbar.

· **Ananda Schaak:08.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ANOY11724

## Meditationskursleiter-Ausbildung Kompakt Teil 1+2

Erlerne es, Menschen in die Meditation einzuführen und ihre Meditationspraxis zu begleiten. Siehe S. xx.

· **Ananda Schaak:08.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11725

**Beginn 09.01.2017 :**

## Neue Medien & EDV

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

### Creative Media Design - Schwerpunkt DTP/Mediengestaltung

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel:09.01.2017-15.05.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 253 Uh - €: - · Nr. ABOL11690

**Beginn 13.01.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Ayuryoga

Erklärung der ayurvedischen Doshas Vata, Pitta und Kapha und ihre Beziehung zu Asanas und Pranayama. Hatha Yoga Stunden mit Anpassung und Erweiterung der Yoga Vidya Reihe an die drei Doshas. Die Synergie von Yoga und Ayurveda optimal nutzen. Geeignet für die eigene Praxis wie auch für neue Impulse für Yoga-Unterrichtende.

· **Jeannine Hofmeister:13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11728

### Raja Yoga 1

Der Yoga der Geisteskontrolle. 1. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali: Gedankenkraft und positives Denken; Meditationstechniken; Unterrichtstechniken: Yoga für Fortgeschrittene.

· **Swami Divyananda:13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11727

### Yoga für Schwangere - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne, spezielle Yogakurse für Schwangere kompetent zu unterrichten. Inhalte

· **Susanne von Somm:13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY11726

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . :13.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY11729

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . :13.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11730

*Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen*

## Yogalehrer Intensivkurs 3-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **Nirmala Erös:13.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12305

**Umwelt & Ökologie**

*Feng Shui Center, Thürmchenswall 66a, 50668 Köln*

## Professionelle Feng Shui Ausbildung mit Zertifikat: Feng Shui Berater/in für Haus, Landschaft, Garten und Business (Abschnitt 2017)

**Franz-Karl Rösberg · :13.01.2017-18.06.2017.** Fr 18.00 - 21.00, Sa 10.00 - 17.00 (1,5 Std. Mittagspause), So 9.30 - 14.30  
 . - Seminar / Ausbildung. Uh - €: - · Nr. AKFS11643

Beginn 14.01.2017 :

**Körper und Geist***Praxis im Kirchhof Reginenstrasse 45a 54130 Essen***Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17  
(Beginn März 2016) Abschnitt II**

Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung

**Jürgen Kalweit** · :14.01.2017-12.02.2017. Samstag von 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag von 9:30 - 16:15 Uhr. - Seminar. 30 Uh - €: - TN-Gebühr bei Abschnitt I (AEPK11526) enthalten · Nr. AEPK11527

Beginn 15.01.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Ganzheitliche Gesundheit mit Yoga**

Gesundheit ist unser höchstes Gut. Willst du bis ins hohe Alter gesund leben, beginne jetzt oder, wenn du schon sehr bewusst lebst, hole dir neue Ideen und Anregung für ein systematischen gesunden Lebensstil. Yoga bietet eine Menge an Heilwirkungen und zur Vorbeugung. Themen u.a.: Ernährung, Sport, Yoga (Asanas). Stressvermeidung, Entspannung, Pranayama. Umgang mit Gefühlen, geistige Einstellung. Meditation, Einssein. Für alle Themen bekommst du praktische Beispiele an die Hand, um sie direkt in dein Leben einfließen lassen zu können.

· **Mona Henss, Premajyoti Schumann: 15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11731

**Yoga für Schwangere - Yogalehrer Weiterbildung**

Hier lernst du, deinen Yoga-Unterricht fasziengerecht anzupassen, d.h., besonders das muskuläre Bindegewebe zu trainieren. Mit praktischen Beispielstunden, Übungsabfolgen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Faszienforschung. Ideal auch als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzf freien Rücken.

· **Brigitta Kraus: 15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11733

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Autogenes Training Kursleiter Ausbildung

Lerne Menschen in Kursen und Seminaren mit dem Autogenen Training in die Entspannung zu führen. Beschreibung s.S. xx.

· **Michael Büchel:15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11732

*Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen*

## Yogalehrer Intensivkurs 3-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **Nirmala Erös:15.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12306

**Beginn 20.01.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Massage Ausbildung

Fundierte, gründliche Ausbildung in Abhyanga, der traditionellen ayurvedischen Ganzkörper-Massage. Beschreibung s.S. xx.

· **Galit Zairi:20.01.2017-03.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11740

## Jahresgruppe Wunderwerk Mensch - Yoga Anatomie mit 7 Wochenenden - Einstiegswochenende

Wie im Kleinen, so im Großen – dieses Muster findet sich auch in den Strukturen des Körpers. Ein Jahr wirst du von Ramashakti auf deiner Reise nach innen begleitet. Ausgehend von den grundlegenden Elementen betrachten wir den menschlichen Körper aus anatomischer, funktionaler und yogischer Sicht – theoretische physische und Feinstoff-Anatomie und praktisch in Yogastunden, Workshops, Meditationen, Entspannungen und Massagen.

Wir praktizieren in der Yoga Vidya Tradition des ganzheitlichen Yoga mit den Energien von Sonne und Mond (Ha-tha), erleben die Elemente Yin und Yang, erspüren Muskeln, Knochen, Gelenke und Faszien.

Es handelt sich um eine feste Jahresgruppe, die sich regelmäßig trifft. Daher kannst du dich dafür nur für das Gesamtpaket, mit folgenden Seminaren anmelden:

20.01. – 22.01.17 Jahresgruppe Wunderwerk Mensch - Yoga Anatomie mit 7 Wochenenden - Einstiegswochenende: Von der Zelle zum Körper und noch weiter

07.04. – 09.04.17 Von der Wurzel zur Basis – Anatomie der unteren Extremitäten und des Beckens

05.05. – 07.05.17 Wunderbare Kommunikation – unsere Wirbelsäule

23.06. – 25.06.17 Anatomie des Brustkorbes, Schultergürtels und der oberen Extremität

01.09. – 03.09.17 Hoch hinaus - der Schädel und das Nervensystem

03.11. – 05.11.17 Zur Ganzheit in die Mitte – unser Bauch

· **Ramashakti Sikora:20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 806€, MZ: 946€, DZ: 1126€, EZ: 1305€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11738

## Mental Yin Yoga

Mental Yin Yoga ist eine Synthese aus Yin Yoga, mentalen Ausrichtungs-Prinzipien, Pranayama, Energielenkung, Achtsamkeit und Meditation. Du lernst die wichtigsten Yin Yoga Stellungen und wie du sie in die Yoga Vidya -Reihe oder andere Übungssequenzen einbauen kannst. In den anschließenden Meditationen wird die Wirkung des Yin Yoga vertieft und intensiviert.

· **Premajyoti Schumann:20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11736

## Selbstreflexion und psychologische Arbeit mit Hatha Yoga

Durch Aufmerksamkeitslenkung und Selbstreflexionstechniken in den Asanas kommst du zu deinen tieferen Gefühlen und Gedanken, zu dir selbst. Du lernst, die starke Symbolik der Asanas zu entschlüsseln. Du erhältst machtvollere Techniken, um durch Zugang zur Intelligenz des Körpers bessere Entscheidungen zu treffen, alte Muster zu erkennen und umzustrukturieren.

· **Anke Gempke:20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11735

## Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen - Yogalehrer Weiterbildung

Gerade bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen kann Yoga helfen. Lerne die Ursachen der Entstehung sowie das Beschwerdebild von Arthrose und anderen Gelenksbeschwerden kennen, um mit speziellen Yogaübungen darauf einzugehen.

- **Ruzan Davtyan:20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11737

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . :20.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11739

*Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen*

## Yogalehrer Intensivkurs 3-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

- **Nirmala Erös:20.01.2017-27.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12307

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yoga für Schwangere - Yogalehrer Weiterbildung

Der Yoga der Geisteskontrolle. Wir besprechen das 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali.  
Bei den Unterrichtstechniken lernst du: Vortragstechnik, Gruppenleitung.

- **N.N.:20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ANOY11734

**Beginn 21.01.2017 :**

**Körper und Geist**

*Dore Jacobs Haus Stadtwald Leveringstraße 30, 45134 Essen*

## Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17 Teil 2

Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung

Jürgen Kalweit · :21.01.2017-14.05.2017. Samstag von 10:00 bis 17:30 Uhr, Sonntag von 09:30 bis 16:15 Uhr. - Ausbildung. Uh - €: - Gebühr Teil 1 & 2 zusammen · Nr. AEDJ11620

*Praxis im Kirchhof Reginenstrasse 45a 54130 Essen*

## Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17 (Beginn September 2016) Abschnitt II

Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung

Jürgen Kalweit · :21.01.2017-11.07.2017. Samstag von 10:00 - 17:30 Uhr  
Sonntag von 9:30 - 16:15 Uhr. - Seminar. 90 Uh - €: - TN-Gebühr bei Abschnitt I (AEPK11528) enthalten · Nr. AEPK11529

Beginn 22.01.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Spirituelle Coaching Ausbildung

Lerne, mit Hilfe verschiedener Coaching-Techniken Menschen wirkungsvoll zu beraten, zu begleiten und zu unterstützen.

· **Susanne Sirringhaus:22.01.2017-27.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11741

Beginn 26.01.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechengpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :26.01.2017-26.01.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12279

Beginn 27.01.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Yin Yoga - achtsam, ruhig und tief**

Yin Yoga führt uns auf unsere heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Loslassen und liebevolle Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Unterstützt durch Kissen und Decken werden die Positionen längere Zeit ohne Muskelaufwand auf dem Boden eingenommen, so dass das Bindegewebe und die Gelenke sanft gedehnt werden. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.

· **Christian Bliedtner:27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11742

**Yoga für den Rücken - Yogalehrer Weiterbildung**

Rückengerechtes Yoga verlangt sowohl theoretisches Grundverständnis als auch Einfühlungsvermögen. Du lernst u.a die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenprobleme, die Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden und den Aufbau einer Rückenstunde.

· **Udo Demmig:27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11744

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald***Meridian Yoga im Westerwald**

Meridian Yoga - Yin Yoga speziell abgestimmt auf den Meridianverlauf nach der Organ Uhr. Yin Yogastunden und Workshops speziell für das klassische Meridiansystem, ergänzt durch Do-In, einem einfachen und harmonischen chinesischen Bewegungssystem. Deine Meridiane werden auf sanfte meditative Art und Weise gedehnt und das Qi in seinem natürlichen Fluss unterstützt.

· **Martin Schäfflmayer:27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11743

**Musik***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation**

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

Rechungpa Kreckel · :27.01.2017-27.01.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12265

Beginn 29.01.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder und Jugendliche (EMYK) Ausbildung Teil 1

Nur zusammen mit Teil 2 (Supervisions-/Abschluss-/Prüfungswochenende) möglich. EMYK nach Dr. Marcus Stück ist das erste wissenschaftlich standardisierte und evaluierte Kinder-Yogaprogramm in Deutschland. Du lernst, als Kursleiter das 15 Sitzungen umfassende Entspannungstraining mit Yogaelementen (EMYK®) mit Kindern und Jugendlichen anzuleiten. Nach einer Praxisphase wird die Ausbildung mit dem Supervisions-Modul abgeschlossen. Inklusivpreis für beide Teile zusammen.

· **Kati Tripura Voß:29.01.2017-03.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 609€, MZ: 696€, DZ: 807€, EZ: 921€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11746

### Yoga Grundbaustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe

Wenn du einen medizinischen Grundberuf hast und Yogatherapie anwenden willst, kannst du dir mit der ‚Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe‘ in mehreren Bausteinen die nötigen Kenntnisse dafür erwerben. Beschreibung s.S. xx.

· **N.N.:29.01.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 196 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11748

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:29.01.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11749

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:29.01.2017-03.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11745

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:29.01.2017-10.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11747

Beginn 01.02.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kulturkreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.02.2017-28.02.2017**. 20 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 160 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12291

Beginn 02.02.2017 :

**Körper und Geist**

*Seminarhaus Seidenbuch, Buchenstraße 17, 64678 Lindenfels*

## Ausbildung zum Trauma-Yoga-Therapeuten TYT AM 1-2

Traumatische Erfahrungen hinterlassen im Körpergedächtnis ihre Spuren. Traumasensibles Yoga (TSY) ist ein körperorientierter therapeutischer Ansatz, der auf dem klassischen Hatha-Yoga basiert.

**Regina Weiser · Joachim Pfahl:02.02.2017-05.02.2017**. Do 09.00 bis 18.00 Uhr, Fr 09.00 bis 17.15 Uhr, Sa 09.00 bis 18.00 Uhr und So 09.00 bis 17.15 Uhr. - Seminar / Ausbildung. 32 Uh - €: - · Nr. ATYL11706

Beginn 03.02.2017 :

**Körper und Geist**

## Chinesische Astrologie - Interpretation und Anwendung in der FS Beratung

Aufbau- und Praxisseminar für Feng Shui Berater

**Franz-Karl Rösberg** · :03.02.2017-04.02.2017. Fr., 3. Februar, 17.00 - 20.30 Uhr  
Sa., 4. Februar, 10.00 - 17.00 Uhr. - Workshop. 14 Uh - €: 195 - · Nr. AKFS12333

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Muladhara und Swadhisthana

Lerne alle Aspekte der beiden ersten Chakras, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Muladhara- und Swadhisthana-Chakra stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Stabilität, Vertrauen, Flexibilität, Kreativität, Loslassen, Reinigung und Freundschaft. Ein Seminar der Chakra-Reihe.

· **Vani Devi Beldzik**:03.02.2017-05.02.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11752

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Schwerpunkt Rückenyooga - Yogalehrer Weiterbildung

Du möchtest Klangschalen, Gongs und andere Klanginstrumente im Rückenyoogaunterricht einsetzen? Der kombinierte Einsatz von Körperübungen, Klangschwingungen, Atmung, Entspannung, Bewusstsein und zielgerichteten Affirmationen kann im besonderen Maße zur Auflösung von Rückenproblemen beitragen. Klangyogastunden sind sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.

· **Pranava Heinz Pauly**:03.02.2017-05.02.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11751

## Yin Yoga

Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.

· **Shanti Wade**:03.02.2017-05.02.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11750

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:03.02.2017-10.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11754

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Kalifornische Massage Ausbildung

Die Kalifornische Massage ist eine Mischung aus vielen Massagetechniken und vereint die wirkungsvollsten Techniken. Sie beschleunigt den Heilungsprozess bei Gelenkschmerzen, Muskelverspannungen und -verletzungen und löst Verspannungen.

· **Eric Vis Dieperink, Sabine Goldbach:03.02.2017-10.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11753

**Beginn 05.02.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Fußreflexzonen-Massage Ausbildung Teil 1

Sich selbst und andere behandeln und überraschende Veränderungen erfahren: diese Massagetechnik ist vielfältig einsetzbar. Für Laien sowie in Heil- oder Pflegeberufen Tätige geeignet. Zertifikat für die Ganzheitliche Massage Therapie Ausbildung anerkannt. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.

· **Bhajan Noam:05.02.2017-10.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11756

## Klangreise und Klangmeditation Ausbildung

In dieser Ausbildung lernst du, Klangreisen und Klangmeditationen professionell anzuleiten. Sie sind sehr beliebt und können den Zuhörern viel Entspannung, Freude und Inspiration bringen. Sie können auch heilsame und therapeutische Wirkung haben.

· **Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister:05.02.2017-10.02.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11755

**Beginn 10.02.2017 :**

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Wissenschaftliches Arbeiten aus der Perspektive des Yoga**

Hier lernst du die Grundlagen wissenschaftlicher Arbeit, Herangehensweise und Sprache, bei gleichzeitigem Bezug zum Raja Yoga. Damit hast du einen guten Stand z.B. bei öffentlichen Institutionen, Krankenkassen usw. Du lernst z.B. die korrekte Zitierweise und bekommst hilfreiche Anleitung und Vorlagen.

• **Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker:10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11759

**Yoga für den Rücken - Aufrichtung und Beweglichkeit**

Spezielle Übungsfolgen mit besonderem Wert auf rückengerechte genaue Ausführung von Asanas. Du lernst Stellungen für die Analyse deiner Körperhaltung und deiner Beweglichkeit kennen und anschließend gezielte Übungen, die die Wirbelsäule aufrichten und stärken und Haltungsschäden entgegen wirken. Du lernst, Yogastellungen rückenfreundlich zu verändern oder zu ersetzen, wo hilfreich, auch mit Hilfsmitteln wie Gurten, Korkklötzen oder Stühlen. Regelmäßiges Üben kann dir bei eigenen Rückenbeschwerden zur Linderung verhelfen. Als Yogalehrer/in gewinnst du neues Verständnis und Anregungen für deine Unterrichtsstunden.

• **Ramashakti Sikora:10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11758

**Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3**

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

• **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:10.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11760

**Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4**

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

• **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:10.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11761

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Bhagavad Gita

Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Mit Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag.

· **Swami Divyananda:10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11757

Beginn 12.02.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Klangmassage, Klangyoga und Gong Ausbildung Teil 1

Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Lerne die Klang-Grundbehandlung des Körpers, der Chakren und der Aura. Ausbildung beinhaltet Teil eins und zwei. Beschreibung s.S. xx.

· **Bhajan Noam:12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11762

## Yoga Fitness Trainer/in Ausbildung

Willst du mit deinen Yogakursen besonders aktive Menschen ansprechen, die stärker gefordert werden wollen Mit der von Sukadev entwickelten Yoga Vidya Fitness Reihe bekommst du ein ideales Instrument für ein kraftvolles Training.

· **Ramashakti Sikora:12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11764

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Swami Divyananda , Melanie Sagasser:12.02.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11766

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Swami Divyananda , Melanie Sagasser:12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11763

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:12.02.2017-24.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11765

Beginn 17.02.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Business Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Einstiegs-/Orientierungsseminar. Hier bekommst du alle nötigen Informationen, um Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Mit hilfreichen Tipps erfahrener Business-Yogalehrer.

· **Dr. Hans Kugler:17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11768

## Das Hormonsystem - ein Buch mit 108 Siegeln - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne das Hormonsystem in Theorie und Praxis spielerisch kennen. Du wirst nach dieser Weiterbildung ein besseres Verständnis für die Funktion und die Aufgaben des Hormonsystems haben, das sich bemüht, immer eine Homöostase im Körper aufrecht zu erhalten.

· **Vani Devi Beldzik:17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11767

## Korrekturen und Hilfestellungen - Yogalehrer Weiterbildung

Für alle Yogalehrer, die lernen wollen, mit den Schwierigkeiten ihrer Schüler besser umzugehen. Neueste Erkenntnisse über Anatomie und Physiologie fließen mit ein. Schärfe deinen „diagnostischen Blick“ für die Möglichkeiten (und Unmöglichkeiten) deiner Schüler.

- **Christian Bliedtner:17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11769

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr:17.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11771

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Swami Divyananda:17.02.2017-24.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11770

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv D1 - Raja Yoga

Raja Yoga (Yoga Sutras), Meditation, Unterrichtsdidaktik und -techniken, Sanskrit, Asana-Variationen, Shank Prakshalana, Kundalini Yoga.

- **Ananda Schaak:17.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11772

**Kommunikation**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Schnuppertermin Achtsame Kommunikation 2017

Dagmar Bellen · :17.02.2017-17.02.2017. 19 - 21 Uhr. - Seminar / Ausbildung. 2 Uh - €: 0 - · Nr. ABOL11674

Beginn 23.02.2017 :

**Spartenübergreifend***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen**

Musikalische Lesungen mit Rechungpa &amp; Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :23.02.2017-23.02.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12280

Beginn 24.02.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Gesang und Stimmbildung intensiv**

Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten dich für die Stimmbildung vor. Mit der Übung wächst die Begeisterung und Freude und du erlebst, wie gut es dir tut. Wir singen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras. Es ist auch ausreichend Zeit, auf jeden Einzelnen einzugehen.

· **Thomas Hundsalz:24.02.2017-27.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11775

**Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten**

Lerne Menschen sanft zu tiefem, herzhaftem Lachen zu führen um so die vielfältigen positiven Wirkungen des Lachens zu erfahren. Erlerne die Konzeption und Durchführung von Kursen im Yagalachen. Siehe S. XX.

· **Madhavi Fritscher:24.02.2017-01.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11776

**Yoga und Gewaltprävention für Kinder und Jugendliche - Yogalehrer Weiterbildung**

Durch die Übungen der Gewaltprävention erfährst du, wie du Kindern die Möglichkeit gibst, sich vor dem Eintreten einer unangenehmen oder gar kritischen Situation zu überlegen: Wie verhalte ich mich? Was ist zu tun? Du wirst Spiele lernen, die darauf ausgerichtet sind, die sozialen Kompetenzen der Kinder zu verbessern, um die Eskalation von Alltagssituationen zu verhindern. Durch wiederholtes Üben, in verschiedenen Rollen, kann deeskalierendes Verhalten einstudiert werden und so zur Gewohnheit werden, dass es zur eigenen Natur wird. Leicht zu vermittelnde theoretische Hintergründe über die Entstehung und Vermeidung von Gewalt helfen, Verhaltensmuster zu verstehen und unterstützen so die eigene Fähigkeit, Gewalt zu vermeiden.

- **Hans-Jürgen Klee:24.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11774

## Yoga und Übergewicht - Yogalehrer Weiterbildung

Yoga hilft gut gegen Übergewicht, doch Betroffene müssen besonders ermutigt werden. Wissenschaftliche Hintergründe, geeignete Methoden. Konkrete Anleitung zum Aufbau eines Programms für Übergewichtige.

- **Sushila Thoms:24.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11773

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Swami Divyananda:24.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11777

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Swami Divyananda:24.02.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11778

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :24.02.2017-24.02.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12267

**Beginn 26.02.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Gurukula Yogalehrer Ausbildung

2-monatige Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga Praxis, in Anlehnung an das traditionelle Gurukula-System. Für besonders intensiven spirituellen Fortschritt und Lernen auf allen Ebenen.

· **Mona Henss:26.02.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11785

### Lomi-Lomi - Hawaiiianische Energiemassage Ausbildung

Lerne eine vollständige Lomi Lomi Massage zu geben. Mit Skript und Zertifikat. Beschreibung siehe S. xx.

· **Carolyn Freudenberg-Bierwag:26.02.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11782

### Yin Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Ideal, um als Yogalehrer/in dein Wissen in Theorie und Praxis um Yin Yoga zu erweitern und in deinen Yogastunden einzusetzen. Inhalt u.a.: Verständnis des Yin-Aspektes im Yoga; funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien; Yin Yoga Asanas und ihre Wirkungen; Einsatz von Hilfsmitteln; Anpassung an die individuelle Konstitution des Schülers; Yin Yoga Stunden anleiten; Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe integrieren.

· **Shanti Wade:26.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11780

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Sivanandas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:26.02.2017-26.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11784

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Vani Devi Beldzik, Sivanandas Elgeti, Kaivalya M:26.02.2017-03.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11779

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:26.02.2017-10.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11783

*Yoga Vidya Nordsee*

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Rajeshwari Gemnich:26.02.2017-03.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ANOY11781

**Beginn 01.03.2017 :**

**Spartenübergreifend**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

## Persönliche und berufliche Orientierung in kulturkreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.03.2017-31.03.2017.** 23 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 184 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12292

Beginn 03.03.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Anatomie und Physiologie für Yogalehrer

Insbesondere Muskel- und Skelettsystem, Aufbau von Zelle, Bindegewebe und Muskeln. Unterrichtstechniken: Stimm- und Sprachschulung mit praktischen Übungen.

· **N.N.:03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11787

### Yoga mit Kindern - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne Yoga und Entspannungsübungen an kindliche Bedürfnisse angepasst zu unterrichten. So können sie sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt. Beschreibung s. S. xx.

· **Aditi Kolkmeier:03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11786

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:03.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11789

### Yogatherapie bei Rückenproblemen und Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates

Vor allem Rückenbeschwerden haben sich heutzutage zu einer weit verbreiteten Volkskrankheit entwickelt. Sie können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Gerade hier bietet die Yogatherapie mit einem gezielten Programm aus speziell angepassten Asanas, die wir in dieser Woche kennen lernen und üben, beeindruckende und dauerhafte Heilerfolge. Auch für rheumatische Beschwerden gibt es zahlreiche beschwerdespezifische Übungen, ergänzt durch individuelle Ernährungsempfehlungen.

· **Ravi Persche, Claudia Persche, Wolfgang Kessler:03.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11790

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Hormon Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormonyogaübungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Beschreibung s. S. xx.

· **Shivapriya Große-Lohmann, Amba Popiel-Hoffmann:03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11788

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:03.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11791

**Beginn 05.03.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Gesichtsmassage Ausbildung

Der Schwerpunkt dieser Ausbildung liegt in der Praxis, so dass du damit arbeiten und diese Massagen anwenden und anbieten kannst. Es werden Reflexpunkte massiert, Muskeln gelockert und tiefe Entspannung erlebt.

· **Angelika Fischer:05.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11792

## Vegane Ernährungsberater/in Ausbildung

Auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse lernst du Einzelne und Gruppen bezüglich einer veganen Lebensweise zu beraten und auch auf die Bedürfnisse in besonderen Lebensphasen (Schwangerschaft, Senioren etc.) einzugehen.

· **Julia Lang:05.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11793

Beginn 10.03.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### 3 Körper und 5 Hüllen in der Asanapraxis

In diesem Praxisseminar erfährst du die Lehre von den 3 Shariras und 5 Koshas direkt in deiner Asanaspraxis. Zunächst lernst du, die grobe Ebene der Annamaya Kosha in der Asana zu beruhigen; dann deinen Energiekörper systematisch in Asana und Pranayama zu erfahren, wonach du die emotionale, intellektuelle und Wonnehülle in deinem Geist zu unterscheiden lernst. Mit diesen Erfahrungen legst du ein Fundament für meditatives Üben der Asanas.

· **Adishakti Stein:10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11796

### Faszientraining mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne verschiedene Techniken aus dem Faszientraining kennen, um das Bindegewebe (Faszien) das die Muskeln, Organe und Knochen umhüllt, geschmeidig und elastisch zu machen und integriere sie in deinen Yogaunterricht um so Beweglichkeit und Wohlbefinden zu fördern. Viele praktische Tipps und Übungen. Bitte Faszienrolle mitbringen.

· **Claudia Bauer:10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11797

### Raja Yoga 2

Du lernst: 2. Kapitel der Yoga Sutras. Sadhana, die spirituelle Praxis. Kriya Yoga Kleshas, die Ursachen des Leidens und ihre Überwindung. Ashtanga, die 8 Stufen des Yoga. Unterrichtstechniken: Geistige Wirkungen des Yoga. Yoga für Kinder.

· **Swami Divyananda:10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11798

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:10.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11799

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:10.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11800

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yoga für Schwangere - Weiterbildung für Yogalehrer

Du lernst geeignete Asana-Variationen für Schwangere auszuwählen und Atem- und Entspannungstechniken entsprechend anzuleiten. Yogische und medizinische Hintergründe und mögliche Komplikationen werden besprochen. Beschreibung s.S. xx.

· **Susanne von Somm:10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11794

**Beginn 12.03.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Intensiv mit Narayani

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.

· **Narayani:12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11803

## Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung Intensivkurs

Ganzheitliche Ausbildung in allen Aspekten des Ayurveda in Theorie und Praxis.

· **Janavallabha Das Wloka:12.03.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 350 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 2142€, MZ: 2492€, DZ: 2931€, EZ: 3388€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11804

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung Intensiv

Mit den Klängen kannst du deine Teilnehmer/innen noch leichter in die Entspannung oder die Meditation führen. Du lernst, Klangschalen und Gongs gezielt bei den Yogaübungen einzusetzen. Ein Klangmassage Workshop vermittelt dir einen konkreten Einblick in die ganzheitliche und therapeutische Wirkung der Klangmedien auf den Menschen.

· **Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister:12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11801

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Triggerpoint Massage Ausbildung

Triggerpoints (engl. to trigger = auslösen) sind Verdickungen in tief liegenden Muskelfasern. Sie drücken auf die Schmerzfasern des Muskels und machen sie hypersensibel. In der Ausbildung lernst du das Erkennen, Aufspüren und Eliminieren muskelfaserbedingter Schmerzpunkte.

· **Eric Vis Dieperink:12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11802

**Beginn 13.03.2017 :**

**Neue Medien & EDV**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Creative Media Design - Schwerpunkt Webgestaltung/Onlineredaktion

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel:13.03.2017-30.07.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 253 Uh - €: - · Nr. ABOL11691

**Beginn 17.03.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Yoga bei MS (Multiple Sklerose) - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst die Grundlagen der Erkrankung und welche Übungen besonders hilfreich sind, um die Symptome von Multipler Sklerose zu mildern. Beschreibung s.S. xx.

- **Brigitte Heitz:17.03.2017-19.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)
- Nr. ABMY11806

## Yoga Nidra - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Yoga Nidra Tiefenentspannungen nach Swami Satyananda erfolgreich an deine Schüler weiterzugeben.

- **Dr. Nalini Sahay:17.03.2017-24.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP)
- Nr. ABMY11807

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Sivanandas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M:17.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP)
- Nr. ABMY11808

*Yoga Vidya Nordsee*

## Indische Schriften und Philosophiesysteme

Die wichtigsten Yogaschriften: Die 6 Darshanas. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger, Yoga für den Rücken. Insbesondere auch für Yogalehrer.

- **Keshava Schütz:17.03.2017-19.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11805

**Beginn 19.03.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Klangmassage Ausbildung

Erlerne verschiedene Spieltechniken, Anwendungsbeispiele und Hintergründe zum Thema Klangschalen und 'Nada Brahma - alles ist Klang'. Du wirst tief entspannen, alles loslassen, positiv beeinflusst und gestärkt deine innere Wahrnehmung intensivieren.

· **Atmamitra Mack:19.03.2017-24.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11809

Beginn 23.03.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :23.03.2017-23.03.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12281

Beginn 24.03.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Kongress: Yoga mit Kindern

Yoga und Entspannung mit Kindern und Jugendlichen. Die beste Gelegenheit, die Möglichkeiten von Yoga mit Kindern und Jugendlichen, in Kindergarten und Schule in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Interessante Referenten, kinderyoga-erfahrene Yogalehrer, garantiert viel Spass in den Kinderyoga-Musterstunden. Bitte Detailprogramm anfordern.

· **Sukadev Bretz:24.03.2017-26.03.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 167€, MZ: 192€, DZ: 223€, EZ: 256€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11810

## Prana Heilung Ausbildung Grundkurs

Prana-Heilung ist ein System, welches Energieblockaden abbauen, Chakras öffnen und das Prana zum Fließen bringen kann. Du lernst u.a. deine eigenen Energien zu harmonisieren und die verschiedenen Ebenen deines Wesens zu heilen sowie Prana Heilenergie zu übertragen. Details

· **Dr. Nalini Sahay:24.03.2017-31.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11812

## Yin Yoga - achtsam, ruhig und tief

Yin Yoga führt uns auf unsere heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Loslassen und liebevolle Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Unterstützt durch Kissen und Decken werden die Positionen längere Zeit ohne Muskelaufwand auf dem Boden eingenommen, so dass das Bindegewebe und die Gelenke sanft gedehnt werden. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.

· **Christian Bliedtner:24.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11811

## Musik

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :24.03.2017-24.03.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr.  
ABOL12268

**Beginn 26.03.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Atemkursleiter Ausbildung

Lerne Atemkurse für Gesundheit, sportliche Fitness, Entspannung, Stimmtraining, Energie-Entwicklung und Chakra-Öffnung anzuleiten. Beschreibung s.S. xx.

· **Sudarshana Dinges:26.03.2017-02.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11814

## Gurukula Yogalehrer Ausbildung

2-monatige Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga Praxis, in Anlehnung an das traditionelle Gurukula-System. Für besonders intensiven spirituellen Fortschritt und Lernen auf allen Ebenen.

· **Dirk Gießelmann: 26.03.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11817

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: 26.03.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11816

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: 26.03.2017-31.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11813

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: 26.03.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11815

**Beginn 31.03.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Chakra-Kur - Reinigung der Chakras

Unter Anleitung konzentrierst du dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die tägliche Meditation, Asana- und Pranayama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet. So reinigst und harmonisierst du während dieser Kur alle Haupt-Chakras.

· **Vani Devi Beldzik:31.03.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 555€, MZ: 667€, DZ: 810€, EZ: 956€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11821

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc:31.03.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11820

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## 3-Jahres-Yogalehrer-Ausbildung Beginn

Beginn der 3jährigen Yogalehrer-Ausbildung im Westerwald.

· **N.N.:31.03.2017-02.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 23 Uh - €: - Zelt: 112€, MZ: 131€, DZ: 155€, EZ: 180€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11818

## Kommunikation

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017

Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

**Dagmar Bellen · :31.03.2017-03.09.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr  
Termine: 31. März - 2. April, 12. - 14. Mai, 9. - 11. Juni, 7. - 9. Juli, 1. - 3. September. - Seminar / Ausbildung. 120 Uh - €: 1.500 - · Nr. ABOL11675

## Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017 Modul A

Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

**Dagmar Bellen · :31.03.2017-07.07.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr  
Termine: 31. März - 2. April, 12. - 14. Mai, 9. - 11. Juni, 7. Juli. - Seminar / Ausbildung. 90 Uh - €: 1.000 - · Nr. ABOL11680

**Beginn 02.04.2017 :**

**Körper und Geist**

## Pawanmuktasana Yogalehrer-Weiterbildung

Pawanmuktasana sind spezielle Übungsreihen, die von Swami Satyananda entwickelt wurden. Sie umfassen drei Asanagruppen: Anti-rheumatische Übungen, Übungen für Verdauung und Unterleib sowie Übungen gegen Energieblockaden. Lerne, Pawanmuktasana an deine Yogaschüler weiterzugeben.

· **Dr. Nalini Sahay:02.04.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY11824

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Breuss Massage Ausbildung

Einfach zu erlernende Massagegriffe für den Rücken, die du sofort im beruflichen und privaten Umfeld anwenden kannst. Einführung, Demo und eigene Praxis.

· **Eric Vis Dieperink:02.04.2017-05.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 33 Uh - €: - Zelt: 260€, MZ: 298€, DZ: 344€, EZ: 393€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY11822

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Christine Wiume:02.04.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY11823

**Beginn 03.04.2017 :**

**Spartenübergreifend**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:03.04.2017-28.04.2017.** 20 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 160 Uh - €: 400 -

Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.

Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12293

**Beginn 07.04.2017 :**

## Finde deinen Focus - nutze deine Ressourcen - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst in angeleiteten Meditationen, deinen persönlichen Focus zu finden und deine Ressourcen zu erkennen. Du bekommst Methoden und Werkzeuge, um mit schwierigen Situationen yogisch umzugehen. Anerkannter Baustein für Psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).

· **Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker:07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY11825

## Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv A - Pflichtbaustein der Kinderyogalehrer Ausbildung

Theorie und Praxis zum Unterrichten von Kinderyoga. Schwerpunkt: Pädagogik, Sozialisation, Didaktik, Methodik des Yogaunterrichts mit Kindern. Psychologie. Lehrproben: gegenseitiges Unterrichten unter Supervision.

· **Narendra Hübner, Ingrid Seemann, Wolfgang Seemann:07.04.2017-16.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 110 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) ·

Nr. ABMY11830

## Von der Wurzel zur Basis - Anatomie der unteren Extremitäten und des Beckens

Was ist der Unterschied zwischen Haltungs- und Transportpositionen? Warum ist es wichtig, mein Gewicht bewusst zu lenken? Welche Rolle spielt der Abstand meiner Beckenknochen für die Aufrichtung des Körpers und wieso spüre ich bei einer Ungleichheit das Bindegewebe im Rücken? Praktische, detaillierte Anatomie für dich und deinen Alltag.

· **Ramashakti Sikora:07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.

ABMY11827

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc:07.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·

Nr. ABMY11828

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc:07.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11831

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E: Bhakti Sutras

Wir besprechen die Bhakti Sutras von Narada, eines der berühmtesten klassischen Werke des Bhakti Yoga. Du lernst Puja, Homa, Arati, Yoga Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens sowie Kirtans anzuleiten.

· **Sitaram Kube, Shankara Girgsdies:07.04.2017-16.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11829

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **Swami Divyananda:07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11826

**Beginn 09.04.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Murali Szabo:09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11835

## Gong Ausbildung

Du lernst Gongs professionell und selbstsicher einzusetzen, z.B. in deinen Yogastunden. Es werden verschiedene Gongs und deren Spielweisen vorgestellt.

· **Atmamitra Mack:09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11836

## Kinder Yoga Übungsleiter-Ausbildung

Für alle, die mit Kindern Yoga üben wollen. Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe, auf Kinder angepasst zu unterrichten.

· **Kavita Pippon, Lalita Furrer:09.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11839

## Pranaheilung Aufbaukurs

Aufbau- und Weiterbildungskurs für Absolventen der Pranaheilung-Ausbildung. Intensive interaktive Pranaheilung-Praxis in der Gruppe. Themen: \* Weitergabe der Prana Heilungstechniken: Wie bilde ich Teilnehmer/Schüler in Prana Heilung aus? \* Ratschläge und Umgang mit Teilnehmern bei Prana-Erweckungserfahrungen \* Eventuelle auftretende Schwierigkeiten und häufige Fragen von Teilnehmern und der Umgang damit. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung

· **Dr. Nalini Sahay:09.04.2017-12.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11832

## Pranayama - Yogalehrer Weiterbildung

Erweitere deine Kenntnisse in Pranayama und bereichere deine Yogastunden durch spezielle und hochwirksame Atemübungen.

· **Sukadev Bretz, Radharani Birkner, Shaktipriya Vogt:09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11833

## Vegane Kochausbildung

Spielerisch und genussvoll lernst du die vielfältigen Möglichkeiten einer yogisch-pflanzlichen Ernährung kennen – von deftig bis Rohkost. Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der veganen Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Kai.

· **Kai Treude:09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11834

## Yin Yogalehrer/in Ausbildung

Lerne, Yin Yoga zu unterrichten. - Im Yin Yoga werden die Stellungen absolut anstrengungslos bei entspannten Muskeln gehalten. Es ist daher eine besonders „weiche“, „sanfte“ („Yin“) - gleichzeitig besonders tiefgreifende wirkungsvolle - Weise, die Yoga Vidya Grundreihe auszuführen.

• **Maheshwara Lehner, Shakti Lehner: 09.04.2017-21.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11838

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A1 - Jnana Yoga und Vedanta

Jnana Yoga und Vedanta, indische Schriften und Philosophie-Systeme, Unterrichtstechniken, Hatha Yoga, Sportmedizin, Entspannung und Stressmanagement.

• **Swami Saradananda: 09.04.2017-18.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11837

**Beginn 14.04.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Rücken-Yoga: Gesunderhaltung, Vorbeugung, Regeneration

In 30 Jahren Yogapraxis und Unterrichten hat Gauri eine innovative neue Technik entwickelt: die Verbindung klassischer Yoga Asanas mit genauen anatomischen Korrekturen und Anpassungen. Du lernst, den Rücken im Alltag zu trainieren, Rückenverletzungen zu vermeiden, neue Gewohnheiten und Bewegungen zu entwickeln um Rückenprobleme zu überwinden und ihnen vorzubeugen. Mit ihrer Erfahrung vermittelt sie kompetent und genau grundlegende Einsichten in die Wirkungsweise von Asanas auf den Rücken.

• **Gauri Agulla Castro Eckhardt: 14.04.2017-17.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 215€, MZ: 252€, DZ: 300€, EZ: 349€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11840

## Selbstvertrauen und Stärke entwickeln mit Shanmug

Shanmug führt dich in diesem Seminar dank seiner immensen Erfahrung als Yogalehrer und praktizierender Psychotherapeut dazu, dein volles Potential zu entfalten, dich aus der Begrenzung durch äußere und innere Konditionierungen zu befreien. Das geht in drei Schritten: 1) dich selbst annehmen 2) deine Stärken finden und 3) dein Leben gestalten. Du wirst ein Gefühl unglaublicher Befreiung erfahren und mit einem ganz neuen Selbstbewusstsein Dinge angehen.

· **Shanmug Eckhardt:14.04.2017-17.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 215€, MZ: 252€, DZ: 300€, EZ: 349€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11841

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc:14.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11842

Beginn 16.04.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Mantra Yogalehrer/in Ausbildung Intensivwoche mit Sundaram

Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Du lernst u.a.: Wie kannst du Mantras in den Yogaunterricht einbauen, Themenyogastunden mit Mantras konzipieren, Mantras gezielt auswählen und einsetzen, je nach Zielsetzung. Mantras zur Harmonisierung, Mantras für bestimmte Eigenschaften u.v.m.

· **Katyayani Ulbricht, Sundaram:16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11847

## Nada Yoga Grundausbildung

Du lernst Methoden des ursprünglichen Nada Yoga auf der Basis der "7 Töne des Lichts" in Theorie und Praxis kennen. Dies ergänzt durch gezielte Körperarbeit und Stimmtraining. Du erfährst, wie dein Atem und deine Stimme heilend auf alle Chakras und Nadis wirken und dich berühren können – bis in ganz feinstoffliche Schichten hinein. Die eigene Erfahrung ist die Grundlage, Nada Yoga selbst im Unterricht in pädagogischen, heilenden oder spirituellen Berufen anzuwenden.

· **Anne-Careen Engel:16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11845

## Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson - Kursleiterausbildung

Lerne, Entspannungskurse in Progressiver Muskelrelaxation nach Jacobsen anzuleiten. Du kannst PMR als einzige Entspannungsmethoden oder als Ergänzung zu anderen lehren. PMR ist vor allem in den USA weit bekannt und auch wissenschaftlich belegt. Baustein der Entspannungstherapie-Ausbildung.

· **Maha Devi Deemter:16.04.2017-21.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY11844

## Yogalehrer Weiterbildung: Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden

Du lernst, was es zu beachten gilt, wenn Yogaschüler besondere Beschwerden oder körperliche Besonderheiten haben, und die normale Yoga Vidya Reihe nicht beherrschen. Sukadev gibt wertvolle Tipps für gemischte Gruppen, spezialisierte Gruppen sowie Tipps für Privatstunden.

· **Sukadev Bretz, Sarada Serra, Nirmala Erös:16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY11846

Beginn 21.04.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Swadhisthana und Manipura

Lerne alles über das zweite und dritte Chakra: Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper und auf psychischen Ebenen, Entwicklungsstufen. Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Sie stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Flexibilität, Kreativität, Freundschaft, Verdauungskraft, Willensstärke, Stoffwechsel und Selbstachtung.

· **Vani Devi Beldzik:21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY11850

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A2 - Die Weisheit der Upanishaden

Eingehende Behandlung der Upanishaden, der wichtigsten klassischen Texte des Jnana Yoga. Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Beschreibung s.S. xx.

· **Swami Tattvarupananda, Atmamitra Mack:21.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11852

## Yogatherapie Einführung

Du lernst die Grundlagen und Wirkungsweise der Yoga Therapie zur Heilung und Vorbeugung von weit verbreiteten Krankheiten. Gleichzeitig Beginn der Ganzheitlichen Yogatherapie Ausbildung

· **Ravi Persche, Claudia Persche:21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11851

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **Swami Divyananda:21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11848

## Yoga mit Jugendlichen - Yogalehrer Weiterbildung

Wie erreicht man Jugendliche? Wo stehen sie im Leben? Was brauchen sie? Lasse dich inspirieren und lerne, Yoga für Jugendliche zu unterrichten.

· **Kavita Pippon:21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11849

**Beginn 23.04.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Sivanandas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wieme:23.04.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11856

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Sivanandas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: 23.04.2017-28.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11853

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: 23.04.2017-05.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11855

## Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen

Du lernst, wie die ganzheitlichen Techniken des Yoga besonders wirksam bei chronischen Erkrankungen sind, und erstellst ein yogatherapeutisches Diagnose und Behandlungsschema mit anschließendem Dokumentationsbericht.

· **Ravi Persche, Claudia Persche, Kirsten Lutter: 23.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11854

Beginn 27.04.2017 :

### Körper und Geist

*Seminarhaus Seidenbuch, Buchenstraße 17, 64678 Lindenfels*

## Ausbildung zum Trauma-Yoga-Therapeuten TYT AM 3-8

Traumatische Erfahrungen hinterlassen im Körpergedächtnis ihre Spuren. Traumasensibles Yoga (TSY) ist ein körperorientierter therapeutischer Ansatz, der auf dem klassischen Hatha-Yoga basiert.

**Angela Dunemann · Joachim Pfahl, Regina Weiser: 27.04.2017-03.12.2017.** Do, 9 bis 18 Uhr, Fr, 9 bis 17.15 Uhr, Sa, 9 bis 18 Uhr und So, 9 bis 17.15 Uhr  
- AM 3+4: 27. - 30.04., AM 5+6: 10. - 13.08., AM 7+8: 30.11. - 03.12.. - Seminar / Ausbildung. 96 Uh - €: - · Nr. ATYL11707

### Spartenübergreifend

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :27.04.2017-27.04.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12282

Beginn 28.04.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Ayurveda Ausbildung Vorbereitungs-Seminar

Einführung in Theorie und Praxis: Ayurveda Gesundheitslehre, Dosha-Lehre, Ayurveda Massage, Anwendungen und Therapien. Information und Beratung über die verschiedenen Ayurveda Ausbildungen bei Yoga Vidya.

· **N.N.:**28.04.2017-30.04.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11860

### Energieschutz - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst viel über den Energiekörper und Energieübungen, deinen Yogaunterricht nach energetischen Aspekten zu gestalten und wie mit einfachen Techniken die Positivität deiner Teilnehmer im Alltag aufrecht erhalten werden kann.

· **Erkan Batmaz:**28.04.2017-30.04.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11859

### Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Prof. Dr. Catharina Kiehle:**28.04.2017-30.04.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11857

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wieme:**28.04.2017-05.05.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11863

## Jnana Yoga und Vedanta

Der Yoga des Wissens führt dich zur Erforschung von Fragen wie: Wer bin ich? Woher komme ich? Was ist das Ziel des Lebens? Was ist das Universum? Meditationsanleitungen. Abstrakte Meditationstechniken, Unterrichtstechniken: Meditation im Yogaunterricht.

· **Eknath Hummer:28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11861

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **Swami Divyananda:28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11858

## Musik

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :28.04.2017-28.04.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12269

**Beginn 30.04.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Faszien Yoga Trainer/in Ausbildung

Hier lernst du, deinen Yoga-Unterricht fasziengerecht anzupassen, d.h., besonders das muskuläre Bindegewebe zu trainieren. Mit praktischen Beispielstunden, Übungsabfolgen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Faszienforschung. Ideal auch als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken.

· **Brigitta Kraus:30.04.2017-05.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11864

Beginn 02.05.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:02.05.2017-31.05.2017.** 22 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 176 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12294

Beginn 05.05.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management - Yogalehrer Weiterbildung

Erfahre mehr über Entspannungstechniken, Einstellung und Umgang mit Stress, Wissenschaft und die Wirkungen des Yoga. Siehe S. xxx.

· **Adinath Zöllner:05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11866

## Hormon Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormonyogaübungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Beschreibung s. S. xx.

· **Shivapriya Große-Lohmann:05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11867

## Senioren Yoga Übungsleiter Ausbildung

Lerne, Yogakurse für Senioren anzuleiten. Besonders interessant für diejenigen, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder selbst älter sind.

- **Kavita Pippon:05.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11870

## Wunderbare Kommunikation - unsere Wirbelsäule

Ein Stapel aus Knochen – auf den ersten Blick. Ein zweiter Blick lohnt sich durchaus, denn: Wieso kippt das nicht um? Wie kann ich meine größte Energieleitung (Rückenmark) relativ gefahrlos durch diesen Kanal schicken? Warum verspannen meine Schultern, wenn ich im Hohlkreuz stehe? Gehe den Fragen auf den Grund. Mit Rückenstärkendem Yoga und einer sehr entspannenden Massage.

- **Ramashakti Sikora:05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11868

## Yoga für Senioren - Yogalehrer Weiterbildung

Hier erlernen Yogalehrer, wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Siehe S. xx.

- **Kavita Pippon:05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11865

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume:05.05.2017-12.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11869

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

- **Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume:05.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11871

**Beginn 07.05.2017 :**

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Rücken-Yoga Lehrer/in Ausbildung Teil 1**

Lerne, spezialisierte Rücken-yoga-Kurse kompetent zu unterrichten, und wie du dieses Wissen und diese Sicherheit im Umgang mit Rückenbeschwerden auch in deine normalen Yogastunden einfließen lassen kannst. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile zusammen.

· **Wolfgang Kessler:07.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 75 Uh - €: - Schlaftsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1391€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11873

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald***Yoga und Schamanisches Heilen Ausbildung Teil 1**

Lerne, die kraftvollen magischen Techniken und Rituale der Schamanen für dich selbst und Beratung anderer anzuwenden. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile (10 Tage) zusammen. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Rhythmusinstrument (Trommel oder Rassel).

· **Maharani Fritsch de Navarrete:07.05.2017-12.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11872

**Beginn 12.05.2017 :****Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Ayurveda Rücken-Massage Ausbildung**

Du lernst gezielte ayurvedische Massnahmen zur Prävention und Besserung bei Rückenbeschwerden. Beschreibung s.S. xx.

· **Galit Zairi:12.05.2017-17.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlaftsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11879

**Klangtherapie Chakra Kur**

Klangschwingungen stärken, reinigen und harmonisieren die Chakras. Wir arbeiten dabei mit Mantras, Klangschalen, Gongs, Leier, Monochord, Sansulas usw. Du konzentrierst dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die Meditation, Asana- und Pranyama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet.

· **Maik Hofmeister, Jeannine Hofmeister:12.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11880

## Systemische Coaching Ausbildung

Du lernst, wie Systeme, z.B. Teams, Unternehmen, Familie, gesellschaftliche Gruppen, funktionieren. Du lernst Aufstellungen für die verschiedensten Lebensbereiche deiner Klienten kennen. Beschreibung s.S. xx.

· **Tenzin Leickert:12.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11881

## Traum Yoga

Interpretation und Verständnis von Träumen aus der Sicht des Yoga und Vedanta. Lerne die Botschaften deiner Träume zu entschlüsseln, so dass du klügere Entscheidungen für dein Leben und deine Beziehungen treffen kannst. Du kannst Träume nutzen, um Zugang zu tieferen Ebenen in dir zu bekommen und so dein Leben heilen, harmonisieren und transformieren.

· **Leela Mata:12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 166€, MZ: 190€, DZ: 222€, EZ: 254€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11875

## Vegan Basics

Dieser besonders für Neueinsteiger empfohlene Kurs beleuchtet die Gründe für eine vegane Lebensweise, liefert dir die Grundlagen zu Anatomie und Physiologie des Verdauungssystems und das Basiswissen für eine gesunde vegane Ernährung. Auch als Info und Vorbereitung für die vegane Ernährungsberater Ausbildung geeignet.

· **Julia Lang:12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11874

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wieme:12.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11882

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Faszientraining mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne verschiedene Techniken aus dem Faszientraining kennen, um das Bindegewebe (Faszien) das die Muskeln, Organe und Knochen umhüllt, geschmeidig und elastisch zu machen und integriere sie in deinen Yogaunterricht um so Beweglichkeit und Wohlbefinden zu fördern. Viele praktische Tipps und Übungen. Bitte Tennisball oder Faszienrolle mitbringen.

· **Brigitta Kraus:12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11877

*Yoga Vidya Nordsee*

## Entschleunigen mit Yin Yoga

Tauche ein in die stille heilsame Welt des Yin Yoga - eine meditative Innenschau, geprägt von Ruhe und Reflexion. Mit Unterstützung von Hilfsmitteln werden Yin Yoga Positionen entspannt gehalten und dabei die tieferen Schichten des Bindegewebes, wie Faszien, Bänder und Gelenke, sanft gedehnt. Gewebespannungen und energetische Blockaden lösen sich, die Lebensenergie wird wieder zum Fließen gebracht. Der Körper kann sich regenerieren und Kraft schöpfen.

· **Shanti Wade:12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11878

## Jnana Yoga und Vedanta

Der Yoga des Wissens führt dich zur Erforschung von Fragen wie: Wer bin ich? Woher komme ich? Was ist das Ziel des Lebens? Was ist das Universum? Meditationsanleitungen. Abstrakte Meditationstechniken, Unterrichtstechniken: Meditation im Yogaunterricht. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **N.N.:12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11876

**Beginn 14.05.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Asana Intensiv mit Narayani

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.

· **Narayani:14.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - €: - Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11885

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Swami Divyananda:14.05.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11887

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Swami Divyananda:14.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11884

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:14.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11886

**Beginn 19.05.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Exakt

Genaues Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

· **Kati Tripura Voß:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11890

## Einführung in die Yogatherapie

Der therapeutische Aspekt des Yoga wird gerade in unserer westlichen Welt immer bedeutender. Das "Pancha Kosha Tattwa"-Konzept der 5 Hüllen, sowie die Ursachen für Stress und Krankheit, werden dir erläutert. Wir besprechen die Indikationen und Kontraindikationen von Asanas, Kriyas, Pranayama, Pranakontrolle, zyklische Entspannung und Möglichkeiten deiner zukünftigen Yogaberatung.

· **Harilalji:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11889

## Klang Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Grundlagen der Schwingungslehre und verschiedene Klangmedien kennen und ihre ganzheitliche Wirkung im Yoga. Nutze dieses Wissen, um die Yogastunden mit Schwerpunkten zu bereichern und deine eigene Praxis so wie die der Schüler sinnvoll und effizient zu unterstützen.

· **Pranava Heinz Pauly:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11888

## Wissenschaftliches Arbeiten aus der Perspektive des Yoga

Hier lernst du die Grundlagen wissenschaftlicher Arbeit, Herangehensweise und Sprache, bei gleichzeitigem Bezug zum Raja Yoga. Damit hast du einen guten Stand z.B. bei öffentlichen Institutionen, Krankenkassen usw. Du lernst z.B. die korrekte Zitierweise und bekommst hilfreiche Anleitung und Vorlagen.

· **Mangala Klein:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11894

## Yin Yoga - achtsam, ruhig und tief

Yin Yoga führt uns auf unsere heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Loslassen und liebevolle Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Unterstützt durch Kissen und Decken werden die Positionen längere Zeit ohne Muskelaufwand auf dem Boden eingenommen, so dass das Bindegewebe und die Gelenke sanft gedehnt werden. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.

· **Sanja Wieland:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11895

## Yoga für Rücken und Darmbeingelenke

Oft führen Verspannungen und Blockaden in den Darmbeingelenken (Iliosakralgelenke) zu Beschwerden, u.a. zum typischen Ischias-Schmerz. Hier bietet dir Yoga durch Bewegung, Entspannung und Atemarbeit eine große Hilfe um den Schmerz zu lindern und Beschwerden vorzubeugen.

• **Charry Devi Ruiz:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11891

## Yoga für Senioren - Yogalehrer Weiterbildung

Hier erlernen Yogalehrer wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Beschreibung s. S. xx.

• **Kavita Pippon:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11892

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

• **Swami Divyananda:19.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11897

*Yoga Vidya Nordsee*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

• **N.N.:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11893

## Raja Yoga 1

Der Yoga der Geisteskontrolle. 1. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali: Gedankenkraft und positives Denken; Meditationstechniken; Unterrichtstechniken: Yoga für Fortgeschrittene.

• **Sukadev Bretz:19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11896

**Beginn 21.05.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Ayurveda Marma Therapie Ausbildung

Unter der erfahrenen kompetenten Anleitung eines indischen Ayurveda Arztes lernst du, wie über die Marmas das Prana gesteuert werden kann, um Blockaden zu lösen und den Energiefluss zu stimulieren.

• **Dr. Devendra Prasad Mishra:21.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11901

### Gedächtnis-Training Kursleiter/in Ausbildung

Lerne für dich selbst und für deine künftige Rolle als Trainer/in wirkungsvolle Techniken und Strategien zur Optimierung der Gehirnleistungen kennen und anwenden. Bitte Ausbildungsbroschüre anfordern.

• **Waltraud Keller:21.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11898

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung

Als Ayurveda Ernährungsberater/in kannst du individuelle Ernährungspläne erstellen, Ernährungsberatung, Konsultationen, Workshops und Kochkurse anbieten. Siehe S. xx.

• **Michaela Schwidder:21.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11899

**Beginn 25.05.2017 :**

Spartenübergreifend

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rehungpa &amp; Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :25.05.2017-25.05.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12283

Beginn 26.05.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Kopfstand lernen

Intensives Arbeiten am Kopfstand mit Vorübungen, genauer Erläuterung der Technik und vielen hilfreichen Tipps und Tricks. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Christian Bliedtner:26.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11902

### Mudra-Yoga

Mudras sind Handhaltungen die deine tägliche Yogapraxis unterstützen. Sie sind leicht auszuführen, fördern die Konzentration, den Pranafluss und helfen bei Nervosität und Schlafstörungen.

· **Sudarshana Dinges:26.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11903

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:26.05.2017-02.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11904

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:26.05.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11911

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :26.05.2017-26.05.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr.  
ABOL12270

**Beginn 28.05.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Medizin Ausbildung Grundkurs

Kompakte Grundausbildung in ayurvedischer Medizin, unter der fachkundigen Anleitung eines traditionellen indischen Ayurveda-Arzt. Theorie und praktische Anwendungen.

· **Dr. Devendra Prasad Mishra:28.05.2017-04.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 591€, MZ: 678€, DZ: 789€, EZ: 903€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11913

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Ananda Schaak:28.05.2017-25.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11915

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Ananda Schaak:28.05.2017-02.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11912

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Ananda Schaak:28.05.2017-09.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11914

**Beginn 01.06.2017 :**

**Spartenübergreifend**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.06.2017-30.06.2017**. 22 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 176 Uh - €: 400 -

Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.

Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12295

**Beginn 02.06.2017 :**

**Körper und Geist**

***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***

## Ayurveda Beauty, Wellness und Kosmetik Ausbildung

Lerne ayurvedische Schönheits- und Wellnessbehandlungen professionell durchzuführen. Dir werden Grundlagen des Ayurveda, der ganzheitlichen ayurvedischen Schönheitspflege und Kosmetik und vieles mehr vermittelt.

· **Galit Zairi:02.06.2017-09.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11919

## Intensives Hüftarbeiten - Yogalehrer Weiterbildung

4 Yogasessions zu je 3 Stunden speziell zum Öffnen und Weiten der Hüfte. 45 Min. Sonnengebetsvariationen wärmen dich auf. Systematischer Aufbau in mehreren Schwierigkeitsgraden (Level 1, 2, 3) – von Pawanmuktasana bis Chakrasana & Co. Level 3 gibt fortgeschrittenen Yogis Tipps/Tricks für Spagat, Taube, Tänzer ... Theorie nachmittags.

· **Atman Shanti Hoche:02.06.2017-05.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 33 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11917

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv C - Bhagavad Gita

Bhagavad Gita, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Hatha Yoga, . Unterrichtstechniken, Meditation, Sanskrit. Bhagavad Gita: Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag:

· **Sitaram Kube, Rama Schwab:02.06.2017-11.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11922

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Gesang und Stimmbildung intensiv

Die Fähigkeit zu singen ist dir angeboren; mit Fleiß, Mut und Enthusiasmus kann es jeder lernen. Mit der Übung wächst die Begeisterung und Freude. Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten dich auf die Stimmbildung vor. Wir singen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras.

· **Thomas Hundsalz:02.06.2017-05.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11918

## Hormon Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormonyogaübungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Beschreibung s. S. xx.

· **Shivapriya Große-Lohmann, Amba Popiel-Hoffmann:02.06.2017-04.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11916

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:02.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11921

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Ananda Schaak:02.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11920

**Beginn 04.06.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayur Yoga Ausbildung

Ayur-Yoga integriert Ayurveda und Yoga mit dem Ziel, den Menschen wieder in sein ursprüngliches Gleichgewicht zu bringen. Du erlangst Wissen über die Doshas (Bio-Energien) und ihre Beziehung zu den Asanas, zu Pranayama und Meditation. Für Yogalehrer und Ayurveda Gesundheitsberater sehr empfehlenswert.

· **Leela Mata:04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11923

## Lachyoga Übungsleiter Ausbildung

Durch einfache Lachübungen und Übungen aus dem Yoga lernst du Menschen zu einem tiefen, befreienden Lachen zu führen. Du lernst Kurskonzepte und Übungen auf Yogabasis, Meditationsformen und mehr.

· **Madhavi Fritscher:04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11924

## Yoga und Schamanisches Heilen Ausbildung Teil 1

Lerne, die kraftvollen magischen Techniken und Rituale der Schamanen für dich selbst und Beratung anderer anzuwenden.  
Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile (10 Tage) zusammen. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Rhythmusinstrument (Trommel oder Rassel).

· **Maharani Fritsch de Navarrete:04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11925

Beginn 09.06.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Flow Trainer Ausbildung

Lerne den fließenden Asana Flow Yogastil (Level 1-3) selbst durchzuführen und Kurse anzuleiten, z.B. im eigenen Center, Fitnessstudio, VHS etc. Fließende Sequenzen, mal dynamisch, mal besinnlich, bringen den Körper und die Energien in harmonischen Fluss.

· **Lalita Furrer:09.06.2017-16.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11930

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Manipura und Anahata

Vertiefe dein Wissen über Manipura- und Anahata-Chakra und ihre Zusammenarbeit. Sie stehen in Verbindung mit Stoffwechsel, Willensstärke, Transformation, Selbstachtung und Verständnis. Du lernst: Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper und psychischen Ebenen. Übungen zur Chakra-Harmonisierung wie Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.

· **Vani Devi Beldzik:09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11927

## Faszientraining mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne verschiedene Techniken aus dem Faszientraining kennen, um das Bindegewebe (Faszien) das die Muskeln, Organe und Knochen umhüllt, geschmeidig und elastisch zu machen und integriere sie in deinen Yogaunterricht um so Beweglichkeit und Wohlbefinden zu fördern. Viele praktische Tipps und Übungen. Bitte Faszienrolle mitbringen.

· **Claudia Bauer:09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11926

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **N.N.:09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11928

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Ananda Schaak:09.06.2017-16.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11929

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Ananda Schaak:09.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ANOY11931

**Beginn 11.06.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Achtsamkeitspraxis Lehrer Ausbildung

Lerne deine eigene Achtsamkeit zu schulen und auszubauen und Kurse in Achtsamkeitspraxis anzuleiten.

· **Adriaan van Wagenveld: 11.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11933

## Ayurveda Koch Ausbildung

Erlerne die Grundprinzipien der ayurvedischen Küche in Theorie und Praxis. Geeignet sowohl für Hobbyköche als auch für professionelle Köche, die ayurvedische Gerichte anbieten wollen.

· **Leela Mata: 11.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11932

Beginn 16.06.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **Sukadev Bretz, Atmamitra Mack, Sivanandadas Elgeti: 16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY11938

## Sadhana Intensiv - Fortgeschrittene Praxis für den erfahrenen Übenden

Ein speziell von Swami Vishnu-devananda zusammengestelltes, von Sukadev angepasstes mehrwöchiges Hatha-Yoga-Intensivprogramm für Energie-Erweckung, spirituelle Entwicklung und Entfaltung deiner geistigen Fähigkeiten. Intensives Praktizieren von Pranayama, Mudras und Bandhas, zusammen mit Asanas, Mantra-Singen und Meditation. Studium einer der klassischen Hatha Yoga Schriften.

· **Sukadev Bretz: 16.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 178 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 696€, MZ: 871€, DZ: 1092€, EZ: 1319€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11940

## Theorie und Praxis der 84 Hauptasanas

Die Hauptasanas werden gemeinsam studiert und besprochen, ihre Wirkungen auf verschiedenen Ebenen sowie Kontraindikationen, Variationen und der Einsatz von Hilfsmitteln. Korrekturen, Hilfestellungen und Ausrichtung. In jeder Einheit wenden wir uns einer Gruppe zu (Stehende Asanas, Rückwärtsbeugen etc.).

· **Ananta Duda:16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11935

## Weiterbildung für Hormon Yoga Lehrer/innen

Erfahrungsaustausch, neue Anregungen für deine Arbeit mit Frauen, Klärung von Fragen, neue Übungen und Kleingruppenarbeit.

· **Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann:16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11934

## Yin Yoga

Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.

· **Shanti Wade:16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11937

## Yoga im Seniorenheim - Yogalehrer Weiterbildung

Menschen im Seniorenheim sind in ihrer Gesundheit und Beweglichkeit oft stark eingeschränkt. Ihr Fokus ist eher an Defiziten orientiert. Du lernst, wie du die Lebensweisheiten der Senioren für deine Yogastunde nutzen kannst, um ihre Aufmerksamkeit zurück auf die noch vorhandenen Möglichkeiten zu lenken und Freude an der Bewegung zu wecken.

· **Ramashakti Sikora:16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11936

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Ananda Schaak:16.06.2017-25.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ANOY11939

**Beginn 18.06.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Murali Szabo:18.06.2017-23.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11941

### Ho'oponopono Ausbildung

Du lernst, in Einzel- und Gruppensitzungen und –beratungen die traditionelle hawaiianische Familienkonferenz als effektives Konfliktlösungs- und Organisationsmittel einzusetzen: ein klar strukturiertes System der Reinigung und Heilung von Herzen her. Überraschend einfach und schnell lassen sich damit Probleme lösen, und verfahrenere Situation und Beziehungen wieder in Fluss bringen – im Familien-, Freundes- und beruflichen und unternehmerischen Umfeld.

· **Radharani Priya Wloka:18.06.2017-25.06.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11943

**Beginn 22.06.2017 :**

## Spartenübergreifend

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

### Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechunga & Vadim Laktionov

**Reinhard Kreckel · :22.06.2017-22.06.2017**. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12284

Beginn 23.06.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Anatomie des Brustkorbes, Schultergürtels und der oberen Extremität

Mit unseren Händen berühren und ertasten wir. Gehen in Kontakt oder vermeiden diesen, gestikulieren und tragen dabei mehr als die Last unseres Lebens. Und für all das benötigen wir unseren Atem, unseren Herzschlag und unsere Emotionalität. – Aber wie funktioniert das? Was machen wir mit Informationen, die wir empfangen und aussenden? - Körper-und Feinstoffanatomie.

· **Ramashakti Sikora:23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11945

### Business Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Einstiegs-/Orientierungsseminar. Hier bekommst du alle nötigen Informationen, um Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Mit hilfreichen Tipps erfahrener Business-Yogalehrer.

· **Hans-Peter Bayerl:23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11948

### Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **Sivanandas Elgeti, Atmamitra Mack, Chandrashekar:23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11947

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Asana Exakt

Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

· **N.N.:23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11946

## Hormon Yoga - Yoga in den Wechseljahren - Weiterbildung für Yogalehrer

Du möchtest Hormonyoga kennen lernen, um dein Wissen weiterzugeben und deine eigene Entwicklung voranzutreiben? Du lernst, wie Hormonyogaübungen, angelehnt an die von Dinah Rodrigues entwickelte Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Du kannst Frauen fundiert bei den klassischen Beschwerden beraten und Hormonyoga in deinen Yogaunterricht integrieren. Wenn du gezielt Hormonyoga als Reihe unterrichtet willst, empfehlen wir die Hormon Yoga Weiterbildung Intensiv, bei der es besonders um die strukturierte Vermittlung des erworbenen Wissens geht.

· **Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann:23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY11944

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :23.06.2017-23.06.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr.  
 ABOL12271

**Beginn 25.06.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Intensiv - Anatomie leicht gemacht

Durch das Spüren, Benennen und Erkennen von Knochen, Gelenken, Muskeln und Bewegungen in den Asanas verbindest du die intellektuelle Ebene mit der Erfahrungsebene. Aus dieser Verbindung heraus können sich anatomische Fachbegriffe zu natürlichem Wissen umwandeln. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

· **Kati Tripura Voß:25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11950

## Atemkursorleiter Ausbildung

Lerne Atemkurse für Gesundheit, sportliche Fitness, Entspannung, Stimmtraining, Energie-Entwicklung und Chakra-Öffnung anzuleiten. Beschreibung s.S. xx.

· **Katja Kedenburg:25.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11953

## Ayurvedische Marma Massage Ausbildung

Lerne die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. Durch sanfte kreisförmige Bewegungen auf bestimmte Energiepunkte des Körpers können Giftstoffe entfernt und gebundene Energien sowie blockierte Emotionen freigesetzt werden.

· **Leela Mata:25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11951

## Fußreflexzonen-Massage Ausbildung

Sich selbst und andere behandeln und überraschende Veränderungen erfahren: diese Massagetechnik ist vielfältig einsetzbar. Für Laien sowie in Heil- oder Pflegeberufen Tätige geeignet. Anerkannter Baustein der Ganzheitlichen Massage Therapie Ausbildung.

· **Bhajan Noam:25.06.2017-05.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 120 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11955

## Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie

Hier schaffst du die Basis therapeutischer Arbeit. Du lernst, wie du in den Erst-Kontakt gehst und eine Anamnese erstellst. Pflichtbaustein A der Psychologischen Yogatherapie. Siehe S. XX.

· **Shivakami Bretz, Ute Zöllner:25.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11952

## Intensive Yogatherapie 4-Wochen-Ausbildung

Intensive Yogatherapie-Ausbildung nach dem System des renommierten sVYASA-Instituts in Karnataka/Südindien, das sich am Aufbau der 3 Körper und 5 Hüllen orientiert. Du lernst: - kompetent auf bestimmte Zielgruppen mit körperlichen Beschwerden einzugehen - Yogastunden für bestimmte Gruppen anzubieten, z.B. Asthmatiker, Behinderte, Rückenbeschwerden - Yogaübungen und -techniken gezielt therapeutisch einsetzen.

· **Harilalji:25.06.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 363 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11957

## Yin Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Ideal, um als Yogalehrer/in dein Wissen in Theorie und Praxis um Yin Yoga zu erweitern und in deinen Yogastunden einzusetzen. Inhalt u.a.: Verständnis des Yin-Aspektes im Yoga; funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien; Yin Yoga Asanas und ihre Wirkungen; Einsatz von Hilfsmitteln; Anpassung an die individuelle Konstitution des Schülers; Yin Yoga Stunden anleiten; Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe integrieren.

· **Shanti Wade:25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11949

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Meditationskursleiter Ausbildung Teil 1

Ausbildung zum/zur Meditationskursleiter/in:Teil 1 (7 Tage): Vermittlung von umfangreichem theoretischen Wissen, Besprechung von Unterrichtstechniken und intensive Meditationspraxis. Teil 2: 5 Tage Schweigewoche. Einzelnd oder kompakt beides zusammen buchbar.

· **Swami Divyananda:25.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - €: - Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11954

## Meditationskursleiter-Ausbildung Kompakt Teil 1+2

Erlerne es, Menschen in die Meditation einzuführen und ihre Meditationspraxis zu begleiten. Siehe S. xx.

· **Swami Divyananda:25.06.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - €: - Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11956

**Beginn 30.06.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung

Du möchtest Klangschalen und / oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen?

In dieser Weiterbildung lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst.

Mit den Klängen kannst du deine TeilnehmerInnen noch leichter in die Entspannung oder Meditation führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs auch gezielt in den Asanas oder beim Sonnengruss einzusetzen.

· **Alexandra Kabisch:30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY11961

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Anfänger unterrichten - Weiterbildung für Yogalehrer

Du lernst eine große Vielzahl an Übungen für Anfänger um deine Yogastunden variantenreicher zu gestalten. Siehe S. xxx.

· **Hridaya Loosli:30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY11958

## Entschleunigen mit Yin Yoga

Tauche ein in die stille heilsame Welt des Yin Yoga - eine meditative Innenschau, geprägt von Ruhe und Reflexion. Mit Unterstützung von Hilfsmitteln werden Yin Yoga Positionen entspannt gehalten und dabei die tieferen Schichten des Bindegewebes, wie Faszien, Bänder und Gelenke, sanft gedehnt. Gewebespannungen und energetische Blockaden lösen sich, die Lebensenergie wird wieder zum Fließen gebracht. Der Körper kann sich regenerieren und Kraft schöpfen.

· **Shanti Wade:30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY11959

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yoga mit Jugendlichen - Yogalehrer Weiterbildung

Wie erreicht man Jugendliche? Wo stehen sie im Leben? Was brauchen sie? Lasse dich inspirieren und lerne, Yoga für Jugendliche zu unterrichten.

· **Kavita Pippon:30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ANOY11960

Beginn 02.07.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Gurukula Yogalehrer Ausbildung

2-monatige Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga Praxis, in Anlehnung an das traditionelle Gurukula-System. Für besonders intensiven spirituellen Fortschritt und Lernen auf allen Ebenen.

· **Ananta Duda:02.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11968

### Hormon Yoga Lehrer/in Ausbildung Intensivwoche

Du lernst, Hormonyoga-Übungsreihen und gezielte Übungen zu unterrichten, entsprechende Kurse und Workshops aufzubauen und zu strukturieren: Hintergrundwissen zum Hormonsystem, Umgang mit hormonellen Umstellungen, Potential in Umbruchsphasen zu nutzen. Als einzelne Weiterbildung (mit Teilnahmebescheinigung) oder als Pflichtbaustein für das Zertifikat „Hormon Yoga Lehrer (BYV)“ (Details s. Aus- und Weiterbildungsbroschüre)  
Teilnahmevoraussetzung: Bereits absolviertes Hormonyoga Basisseminar.

· **Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann:02.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 88 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11965

### Schamanische Natur-Rituale Ausbildung

Diese Ausbildung macht dich sensitiver und eröffnet dir höhere Dimensionen in der Natur.  
Du lernst u.a., in der Natur Heilrituale durchzuführen, mit Bäumen, und Kräutern zu sprechen, Waldgeister wahrzunehmen, Kontakt zu den Himmelsrichtungen aufzunehmen und ihre Energien zu nutzen.

· **Satyadevi Bretz:02.07.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11962

### Vegane Kochausbildung

Spielerisch und genussvoll lernst du die vielfältigen Möglichkeiten einer yogisch-pflanzlichen Ernährung kennen – von deftig bis Rohkost. Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der veganen Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Kai.

· **Kai Treude:02.07.2017-07.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11964

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti, . . :02.07.2017-30.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11967

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti:02.07.2017-07.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11963

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti:02.07.2017-14.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11966

Beginn 03.07.2017 :

**Spartenübergreifend**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

## Persönliche und berufliche Orientierung in kulturkreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:03.07.2017-28.07.2017**. 21 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12296

Beginn 07.07.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Chakra-Yoga - Schwerpunkt Anahata und Vishuddha**

Lerne alles über das vierte und fünfte Chakra und ihr gemeinsames Element. Sie stehen in Verbindung mit: Herzlichkeit, Liebe, Freiheit, Atmung und Atemwege, Raum, Präsenz und Spiritualität. Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.

· **Vani Devi Beldzik:07.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11970

**Reiki 3. Grad Ausbildung nach Dr. M. Usui**

Für alle, die bereits die Ausbildung in den ersten 2 Graden haben und die eigene Praxis vertiefen wollen. Der 3. und 4. (Lehrer-Grad) können zusammen gebucht werden. Teilnahmevoraussetzung Reiki 1 und 2.

· **Bhajan Noam:07.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 193€, MZ: 218€, DZ: 249€, EZ: 282€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11969

**Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2**

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti:07.07.2017-14.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11972

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald***Yin Yoga und Qi Gong**

Übe die Yoga Vidya Grundreihe unter Yin Yoga Gesichtspunkten. Durch die weiche, passive, dehnende Ausführung im Yin Yoga kannst du tiefe Muskel- und Gewebescheiden ansprechen. Muskuläre und emotionale Blockaden können sich lösen. Ergänzt durch harmonisierende fließende Bewegungen des Qi Gong werden Yin und Yang wieder in Einklang gebracht.

· **Petra Summer:07.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11971

**Beginn 08.07.2017 :**

## Kommunikation

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

### Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017 Modul B

Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

**Dagmar Bellen · :08.07.2017-03.09.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr  
Termine: 8. - 9.7., 1. - 3. September. - Seminar / Ausbildung. 30 Uh - €: 500 - · Nr. ABOL11681

**Beginn 09.07.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Meditative Tiefe in den Yogaunterricht bringen - Yogalehrer Weiterbildung:

Wie kannst du noch mehr Tiefe in deinen Yogaunterricht bringen, Menschen Klarheit geben, tiefe Entspannung und Meditation in den Asanas erfahren lassen? Aufbau und Ablauf einer meditativen Yogastunde.

· **Adriaan van Wagenveld:09.07.2017-14.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY11973

### Reiki Lehrer Intensiv Ausbildung nach Dr. Mikao Usui (4. Grad)

Für alle, die bereits die Ausbildung in die ersten 3 Reiki-Grade haben und nun auch unterrichten bzw. die eigene Praxis vertiefen wollen.

· **Bhajan Noam:09.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 163 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11975

### Spirituelle Lebensberatung Ausbildung

Lerne, Menschen auf ihrem spirituellen Weg zu begleiten und zu beraten. Ein außergewöhnliches Seminar, um den spirituellen Weg und seine vielfältigen Verzweigungen in der Tiefe zu begreifen.

· **Sukadev Bretz:09.07.2017-16.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11974

**Beginn 12.07.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Reiki 1. Grad Ausbildung nach Dr. M.Usui

Der Reiki 1. Grad eröffnet dir u. a. die Fähigkeit, Reiki zu kanalisieren, dir selbst und anderen durch Handauflegen die Reiki-Energie zu übertragen.

· **Bhajan Noam:12.07.2017-16.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 35 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 327€, MZ: 376€, DZ: 439€, EZ: 505€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11976

**Beginn 14.07.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Kinderyoga für den Schul- und Kita-Alltag - Yogalehrer Weiterbildung

Du bekommst Entspannungs- und Konzentrationstechniken für den Schulalltag an die Hand, die zusammen mit einer regelmäßigen Yogapraxis Harmonie in den Schulalltag bringen und die Gesundheit ganzheitlich fördern. Wir werden auch ein gesundes Schulfrühstück kreieren.

· **Beate Wolfsteller:14.07.2017-16.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11977

### Yin Yoga

Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.

· **Udo Demmig:14.07.2017-16.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11978

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Sivanandas Elgeti:14.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11979

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Sivanandas Elgeti:14.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11983

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A6 - Aparoksha Anubhuti - Die direkte Verwirklichung des Selbst

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit anhand des Jnana Yoga Werkes „Aparoksha Anubhuti“ („Die direkte Verwirklichung des Selbst“). Mit einer metaphysischen Jnana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas des Raja Yoga.

· **Chandra Cohen, Kay Hadamietz:14.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11982

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F6 - Aparoksha Anubhuti - Die direkte Verwirklichung des Selbst

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit anhand des „Aparoksha Anubhuti“ („Die direkte Verwirklichung des Selbst“), u.a. mit einer metaphysischen Jnana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas. Unterrichtstechniken u.a.: Vata, Pita, Kapha-abgestimmte Yogastunden, Schwangerschafts-Rückbildung, Neue Stellungen einführen, Jnana Yoga im Hatha Yoga Unterricht.

· **Chandra Cohen, Kay Hadamietz, . . :14.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11981

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Thai Yoga Massage Ausbildung

Du lernst, eine vollständige Ganzkörper-Thai-Yoga-Massage durchzuführen, sie auf die Bedürfnisse der Klienten abzustimmen, Variationen und aufbauende Positionen, Kontraindikationen.

· **Anne Wuchold: 14.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11980

**Beginn 16.07.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Intensiv - Anatomie leicht gemacht

Durch das Spüren, Benennen und Erkennen von Knochen, Gelenken, Muskeln und Bewegungen in den Asanas verbindest du die intellektuelle Ebene mit der Erfahrungsebene. Aus dieser Verbindung heraus können sich anatomische Fachbegriffe zu natürlichem Wissen umwandeln. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

· **Kati Tripura Voß: 16.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11985

## Ayurveda Meditationstechniken

Meditation ist die höchste aller Yoga Praktiken. Meditation ist mehr als nur Schließen der Augen und ruhiges Sitzen: Sie bedingt Harmonie in Körper, Geist, Sinnen und Prana (Lebensenergie). Du lernst: Meditationstechniken für bestimmte Doshas, Kräuter, Ernährung und Lebensstil für mehr Sattwa und Tiefe mit vielen praktischen hochwirksamen speziellen Meditationstechniken angeleitet von Leela Mata.

· **Leela Mata: 16.07.2017-19.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 216€, MZ: 255€, DZ: 302€, EZ: 351€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11984

## Kinder Yoga Übungsleiter-Ausbildung

Für alle, die mit Kindern Yoga üben wollen. Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe, auf Kinder angepasst zu unterrichten.

· **Kavita Pippon, Lalita Furrer:16.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11990

## Kopfschmerz Massage Ausbildung

Kopfschmerzen, Migräne und Nackenverspannungen sind weit verbreitet. Mit der Anti-Kopfschmerz-Massage erlernst du eine ganz spezifische Massage-Technik, die bei verschiedenen Arten von Kopfschmerz und Verspannungen Linderung verschaffen kann.

· **Eric Vis Dieperink:16.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11988

## Meditationslehrausbildung

Lerne, Menschen nicht nur in die Meditation einzuführen, sondern sie auch auf dem spirituellen Weg zu beraten und zu begleiten. Ein Meditationslehrer vermittelt nicht nur Techniken, sondern gibt auch Anweisungen und hilft dem Schüler, auf dem Entwicklungsweg voranzuschreiten.

· **Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik:16.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11991

## Yogatherapie bei Erkrankungen der Atemorgane (des respiratorischen Systems)

Du lernst Yoga-, Atem- und Kriya- (Reinigungs-) Techniken sowie spezielle Ernährungsempfehlungen kennen, mit denen du Krankheiten wie Asthma, Bronchitis, Nebenhöhlenentzündungen und allergischen Schnupfen vorbeugen kannst.

· **Ravi Persche, Claudia Persche:16.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11987

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Swami Divyananda:16.07.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11992

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Swami Divyananda:16.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11986

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:16.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY11989

Beginn 19.07.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Reiki 2. Grad Ausbildung nach Dr. M.Usui

In dem Reiki 2. Grad lernst du u. a., die Reiki-Energie verstärkt, gezielt und über räumliche sowie zeitliche Distanz hinweg einzusetzen. Teilnahmevoraussetzung Reiki 1.

· **Bhajan Noam:19.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 35 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 327€, MZ: 376€, DZ: 439€, EZ: 505€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11993

Beginn 21.07.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Yoga angepasst an deinen Bewegungsapparat

Entdecke wie die unterschiedlichen Knochenformen deine Yogapraxis beeinflussen. Erkenne die Grenzen und Möglichkeiten des Skeletts bei der Yogaübung. Wenn Menschen Asanas üben, dann fühlt sich die gleiche Asana für jeden unterschiedlich an, auch wenn es äußerlich gleich aussieht. Du lernst deine Begrenzungen und die deiner Schüler verstehen und damit umzugehen.

· **Adinath Zöller:21.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11994

## Yoga Nidra Aufbaukurs - Yogalehrer Weiterbildung

In diesem Intensivseminar lernst du als Yogalehrer Yoga Nidra mit detaillierten Erklärungen, so dass du dieses uralte komplexe yogische Entspannungs- und Meditationssystem klarer verstehst. Inhalte u.a.: Wirkungen von Yoga Nidra, Nyasa, Antar Mouna, Fokussierung und Konzentration, Chidakasha Dharana Praxis. Für Yogalehrer, die fortgeschrittene Yoga Nidra-Schüler unterrichten wollen.

· **Dr. Nalini Sahay:21.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11996

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti:21.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY11997

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:21.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. AWWY11995

**Beginn 23.07.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana exakt Yogalehrer/in Ausbildung

Vertieftes Asana-, Unterrichts- und Anatomie-Know how, um deinen Yogaunterricht gesund, effektiv, exakt auf die Konstitution und die Möglichkeiten deiner Teilnehmer auszurichten.

· **Wolfgang Kessler:23.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12000

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Kati Tripura Voß:23.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11999

Beginn 27.07.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechengpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :27.07.2017-27.07.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12285

Beginn 28.07.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Massage Ausbildung

Fundierte, gründliche Ausbildung in Abhyanga, der traditionellen ayurvedischen Ganzkörper-Massage. Beschreibung s.S. xx.

· **Galit Zairi:28.07.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12006

## Jugendübungsleiter für Yoga - Jugendliche unterrichten Jugendliche

Du bist zwischen 14 und 18 Jahre, möchtest tief in's Yoga eintauchen und Yoga an Leute in deinem Alter weitergeben? Dann bist du hier richtig!

· **Kavita Pippon:28.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 231€, MZ: 320€, DZ: 391€, EZ: 608€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12005

## Spirituelle Hypnose Grundausbildung

Lerne, mit Trancetechniken eine tiefere Intelligenz jenseits der Worte zu erfahren und zu nutzen. Moderne Trancetechniken mit Elementen aus der Hypnosetherapie können helfen, Ideen zu finden und Intuition zu stärken.

· **Susanne Sirringhaus:28.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12003

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yin Yoga - Muskeln entspannen, Faszien dehnen und loslassen

Yin Yoga ist als Teil des Hatha Yoga bereits seit ein paar Tausend Jahren bekannt. Er wird bewusst ohne eine aktive Muskulatur ausgeführt, d. h., du lässt dich in die Positionen hineinsinken. Eine sanfte Übungspraxis, die sehr kraftvoll in ihrer Wirkung ist, insbesondere für die Dehnung der Muskulatur, der Faszien, für die Wirbelsäule, die Gelenke und das Bindegewebe. Angepasst an den Yoga Vidya Stil kannst du so eine neue Yogapraxis für dich entdecken.

· **Premajyoti Schumann:28.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12001

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:28.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12004

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:28.07.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12007

## Anfänger unterrichten - Weiterbildung für Yogalehrer

Du lernst eine große Vielzahl an Übungen für Anfänger um deine Yogastunden variantenreicher zu gestalten. Siehe S. xxx.

- **Ananda Schaak:28.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 159€, MZ: 186€, DZ: 226€, EZ: 268€ (inkl. VP)
- Nr. ANOY12002

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

- **Rechungpa Kreckel · :28.07.2017-28.07.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12272

**Beginn 30.07.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Business Yoga - Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E

In diesem Intensivseminar erarbeitest du dir Brücken zwischen Yoga und dem Wirtschaftsleben. Du lernst, Yoga in der betrieblichen Gesundheitsförderung zu platzieren und zu vermarkten. In Rollenspielen übst du, wie du im Kundengespräch überzeugen kannst. In Kleingruppenarbeit passt du außerdem die Yoga Vidya Grundreihe für den Einsatz im Business an.

- **Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler, Claudia Bauer:30.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP)
- Nr. ABMY11907

## Meditationskursleiter Ausbildung Teil 1

Ausbildung zum/zur Meditationskursleiter/in:Teil 1 (7 Tage): Vermittlung von umfangreichem theoretischen Wissen, Besprechung von Unterrichtstechniken und intensive Meditationspraxis. Teil 2: 5 Tage Schweigewoche. Einzelnen oder kompakt beides zusammen buchbar.

· **Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik:30.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11908

## Meditationskursleiter-Ausbildung Kompakt Teil 1+2

Erlerne es, Menschen in die Meditation einzuführen und ihre Meditationspraxis zu begleiten. Siehe S. xx.

· **Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik:30.07.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11910

## Yin Yoga und Faszientraining

Im Yin Yoga, dem regenerativen „weiblichen“ Yogastil, werden Sehnen, Bänder und Faszien stimuliert und gedehnt. Durch das längere meditative Halten der Stellungen gelangt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur.

· **Arjuna Wingen:30.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12009

## Yogalehrer Ausbildung English

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Anerkanntes Zertifikat. Die Ausbildung ist auf Englisch ohne deutsche Übersetzung.

· **Harilalji , Kaivalya Meike Schönknecht, Christine:30.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12011

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:30.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12010

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:30.07.2017-04.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12008

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:30.07.2017-11.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY11909

*Yoga Vidya Nordsee*

## Entspannungstrainer/in für Kinder Ausbildung

Du lernst methodisch-didaktisches Know-How zum Aufbau einer Entspannungs-Kurseinheit für Kinder und intensive praktische Durchführungen anhand von Beispiel-Kurseinheiten. Erwünscht: Offenheit für Yoga und Spiritualität.

· **Iris Zanders:30.07.2017-04.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ANOY11906

## Yoga rund um die Geburt - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, die Yoga Vidya-Reihe für Schwangere und Frauen in der Rückbildungszeit nach der Geburt anzupassen und zu ergänzen, sowie spezielle Atem- und Entspannungstechniken und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen von Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander.

· **Susanne von Somm:30.07.2017-04.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 331€, MZ: 400€, DZ: 486€, EZ: 575€ (inkl. VP) ·  
Nr. ANOY11905

**Beginn 01.08.2017 :**

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.08.2017-31.08.2017.** 23 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 184 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12297

**Beginn 04.08.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:04.08.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12013

### Yogalehrer Weiterbildung Intensiv H - Gheranda Samhita

Gherandha Samhita – der 7-fache Weg zur Vollkommenheit. Genaue und exakte Beschreibung und Üben von Kriyas, Asanas, Mudras, Bandhas, Pranayama, Pratyahara und Dhyana. Über das angewandte Wissen dieser Techniken bekommst du mehr und mehr Zugang zu Intuition, Achtsamkeit und höheren Erfahrungen. Mit spezifischen Chakra-Meditationen, Atem- und Energielenkungsübungen

· **Swami Saradananda, Atman Shanti Hoche:04.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12015

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Yin Yoga und Faszientraining

Im Yin Yoga, dem regenerativen „weiblichen“ Yogastil, werden Sehnen, Bänder und Faszien stimuliert und gedehnt. Durch das längere meditative Halten der Stellungen gelingt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur.

· **Arjuna Wingen:04.08.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12012

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Swami Divyananda:04.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12014

Beginn 06.08.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Die Einzelberatung in der Psychologischen Yogatherapie

Psychologische Yogatherapie geht über die symptomatische Behandlung hinaus. In dieser Woche übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des Integralen Yogas, zu begleiten und zu unterstützen. Pflichtbaustein (C) der Psychol. Yogatherapie. Empfohlen: Vorherige Teilnahme an "Grundlagen der Psychol. Yogatherapie"

· **Shivakami Bretz, Ute Zöllner:06.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12019

### Klangmassage, Klangyoga und Gong Ausbildung

Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Lerne die Klang-Grundbehandlung des Körpers, der Chakras und der Aura. Diese Ausbildung beinhaltet Teil 1 und 2. Beschreibung siehe S. xx.

· **Bhajan Noam:06.08.2017-16.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 120 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12020

### Musikalische Arbeit mit Kindern - Fortbildung für Eltern, Lehrer, Erzieher, Yogalehrer

Praxisorientiertes Seminar ist für alle, die musikalische Elemente in ihre Arbeit mit Kindern einbringen möchten. Erzieher, Lehrer, Yogalehrer und Eltern bekommen ein wertvolles Repertoire und Inspiration, um Kinder durch Klang und Bewegung in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Themen u.a.: Musik als Ausdrucksmittel, Stimmbildung, Klang-, Percussioninstrumente, Lieder, Tänze, Spiele, Klanggeschichten. Gern eigene Instrumente mitbringen.

· **Heike Mirabai Neukirch:06.08.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12017

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Yin Yoga

Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.

• **Arjuna Wingen:06.08.2017-11.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12016

*Yoga Vidya Nordsee*

## Nordsee Special: Yin Yoga

Bringe den Yin Aspekt in deinen Urlaub und deine Yogapraxis - als Ausgleich zu dem meist im Alltag dominierenden Yang-Lebensstil mit viel Aktivität und Daueranspannung. Eine rundum entspannte Yoga Urlaubswoche, ideal ergänzt durch Sonne, Meer, Meditation und Mantra-Singen.

• **Shanti Wade:06.08.2017-13.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 390€, MZ: 487€, DZ: 622€, EZ: 766€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12018

**Beginn 11.08.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Chakra Healing Basisausbildung

Praktische Anwendungen für Chakra-Klärung und -Ausgleich mit Theorie zur Chakralehre.

• **Galit Zairi:11.08.2017-16.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12024

## Shiatsu Massage Ausbildung

Lerne 4 grundlegende Shiatsu-Ganzkörperbehandlungen.

• **Ismail Wasawari:11.08.2017-18.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12026

## Yin`n Young

Eine speziell abgestimmte Yin Yoga Praxis für alle Youngsters zwischen 16 und 25 Jahren. Hier erfährst du Asanas, Atem-, Meditations- und Entspannungstechniken aus einer anderen Perspektive. Entspanntes Halten der Stellungen ergänzt sich mit einem neuen Verständnis von Muskelaufbau.

· **Christian Bliedtner:11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12022

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:11.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12025

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:11.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12027

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Neue Asanas unterrichten - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst die genaue Ansage, Ausführung, Korrektur und Wirkung vieler Asanas, die optimal in den Unterricht der Yoga Vidya-Reihe integriert werden können. Du übst in der Gruppe mit gegenseitigem Unterrichten der einzelnen Asanas.

· **Hridaya Loosli:11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12023

*Yoga Vidya Nordsee*

## Gesang und Stimmbildung

Jeder kann singen; diese Fähigkeit ist uns angeboren. Bei vielen Menschen ist sie jedoch im Laufe des Lebens in Vergessenheit geraten oder nicht richtig ausgebildet worden. Jeder kann es lernen. Alles was man braucht ist Mut und die richtige Methode. Lerne Übungen kennen, deine Singstimme zu entdecken und zu entwickeln: Entspannung, Atemvertiefung, Stimmerweckung, Resonanz, Tonumfang, Stimmkräftigung und Stimmansatz. Sing gemeinsam in der Gruppe.

· **Thomas Hundsalz: 11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 159€, MZ: 186€, DZ: 226€, EZ: 268€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12021

**Beginn 13.08.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Sudarshana Dinges: 13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12029

### Erlebnispädagogik Ausbildung

Du lernst die theoretischen Grundlagen der Erlebnispädagogik und ihre praktische Umsetzung anhand von vier Erlebnisfeldern kennen. Ebenso erfährst du den methodisch-didaktischen Aufbau einer Kursstunde und einer Kurssequenz sowie Konzeptionen zur erlebnispädagogischen Raum- und Umgebungsgestaltung. Als Weiterbildungsseminar für Yogalehrer geeignet. Offenheit für Yoga und Spiritualität sind von Vorteil.

· **Iris Zanders: 13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12028

### Yin Yogalehrer/in Ausbildung

Lerne, Yin Yoga zu unterrichten. - Im Yin Yoga werden die Stellungen absolut anstrengungslos bei entspannten Muskeln gehalten. Es ist daher eine besonders „weiche“, „sanfte“ („Yin“) - gleichzeitig besonders tiefgreifende wirkungsvolle - Weise, die Yoga Vidya Grundreihe auszuführen.

· **Christian Bliedtner: 13.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12032

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Gewaltfreie Kommunikation Kursleiter/in Ausbildung

Du lernst, GFK selbst im beruflichen und privaten Umfeld erfolgreich einzusetzen, in deine beratende und therapeutische Tätigkeit einzubeziehen, in Seminaren, Workshops weiter zu geben, achtsamkeitsbezogene Yogastunden und Meditationen anzuleiten.

· **Pierre Boisson:13.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12031

*Yoga Vidya Nordsee*

## Stimm- und Sprechtraining Kursleiterausbildung

Stimme und Ausdrucksweise sind deine akustische Visitenkarte, sie beeinflussen erheblich die Wirkung deiner Worte. Werde dir dieses Potentials bewusst und nutze ihre vielen Möglichkeiten. Siehe S. XX.

· **Thomas Hundsalz:13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12030

**Beginn 18.08.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Lebensberater Ausbildung

Kompaktausbildung in praktischen Grundlagen des Ayurveda, für Gesunderhaltung, Ernährung, Lebensweise. Besonders gedacht für Ayurveda Masseure, Yogalehrer, Gruppenleiter und andere Interessierte, die ganzheitlich beraten und begleiten wollen.

· **Galit Zairi:18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12038

## Die Tiefenwirkungen der Asanas - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst die tiefere Bedeutung der Yogastellungen und deren subtile Wirkungen besser kennen, was dir ermöglicht, viel differenzierter auf die Schüler eingehen zu können. Dadurch bekommt der Unterricht eine neue Tiefe. Durch die besonderen Schwerpunkte hast du die Möglichkeit, eine neue Herangehensweise und Begleitung der Schüler mit mehr Themen anzubieten und Hatha Yoga aus einer anderen Perspektive zu sehen.

· **N.N.:18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12036

## Hormon Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormonyogaübungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Beschreibung s. S. xx.

· **Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann:18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12033

## Senioren Yoga Übungsleiter Ausbildung

Lerne, Yogakurse für Senioren anzuleiten. Besonders interessant für diejenigen, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder selbst älter sind.

· **Kavita Pippon:18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12044

## YoBEKA-Trainer/in Ausbildung

Du lernst das praxisorientierte YoBEKA-Bildungskonzept kennen und zu unterrichten, das in vielen Schulen und Kitas angewandt wird. Unterstützt von der Senatsverwaltung für Wissenschaft u. Bildung u. Jugend und vielen anderen sozialen Trägern. Für pädagogische Fachkräfte, aber auch für Eltern und alle, die mit Kindern arbeiten.

· **Ilona Holterdorf:18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·

Nr. ABMY12039

## Yoga für Senioren - Yogalehrer Weiterbildung

Hier erlernen Yogalehrer, wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Siehe S. xx.

· **Kavita Pippon:18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12034

## Yoga fürs Herz nach Dr. Dean Ornish

Yogatherapie bei Herzkrankheiten und Arteriosklerose. Du lernst, gezielt Herzranke zu unterrichten und ihnen die Grundzüge des erfolgreichen, wissenschaftlich erprobten Ornish-Programms kompetent beizubringen.

· **Ravi Persche, Lutz Hertel, Claudia Persche:18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 602€, MZ: 689€, DZ: 800€, EZ: 913€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12037

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof:18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12041

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A5 - Atma Bodha - die Erkenntnis des Selbst

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. Es will dich direkt zur Erkenntnis der Einheit deines wahren Wesens mit allem führen, zur Überwindung der äußeren scheinbaren Gegensätze von Subjekt/Objekt, Zeit und Raum. Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Benötigte Literatur: YVL, YVA, AAP

· **Maheshwara Mario Illgen, Atman Shanti Hoche:18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12042

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F5 - Atma Bodha, die Erkenntnis des Selbst

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. Es will dich direkt zur Erkenntnis der Einheit deines wahren Wesens mit allem führen, zur Überwindung der äußeren scheinbaren Gegensätze von Subjekt/Objekt, Zeit und Raum. Mit Übersicht über die klassischen ind. Schriften und Philosophiesysteme. Wie Intensiv-Weiterbildung A5, mit zusätzlichen Vedanta-Vorträgen und anderen Unterrichtstechniken, ohne Stress-Psychologie und Trainingslehre.

· **Maheshwara Mario Illgen, Atman Shanti Hoche:18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12043

## Yogalehrer Weiterbildung: Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden

Du lernst, was es zu beachten gilt, wenn Yogaschüler besondere Beschwerden oder körperliche Besonderheiten haben, und die normale Yoga Vidya Reihe nicht beherrschen. Sukadev gibt wertvolle Tipps für gemischte Gruppen, spezialisierte Gruppen sowie Tipps für Privatstunden.

· **Sukadev Bretz, Sarada Serra:18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12040

## Yoga für den Rücken - Yogalehrer Weiterbildung

Rückengerechtes Yoga verlangt sowohl theoretisches Grundverständnis als auch Einfühlungsvermögen. Du lernst u.a die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenprobleme, die Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden und den Aufbau einer Rückenstunde.

• **Wolfgang Kessler:18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12035

**Beginn 20.08.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Autogenes Training Kursleiter Ausbildung

Lerne Menschen in Kursen und Seminaren mit dem Autogenen Training in die Entspannung zu führen. Beschreibung s.S. xx.

• **Michael Büchel:20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12048

## Chakra Lehrer Ausbildung

Steige tief ein in Theorie und Praxis der Chakra-Lehre. Der Kurs ist speziell auf deine persönliche Entwicklung und die Entfaltung des kreativen Potentials deiner Schüler ausgerichtet: Wie kannst du die Chakras nutzen, um deine Ideen und Träume wahr werden zu lassen, und dies auch deinen Schülern vermitteln.

• **Swami Saradananda:20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 86 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12051

## Mardhana Massage Ausbildung

Mardhana ist die ayurvedische Technik der kräftigen Massage. Du lernst gezielten Druck in der Massage anzuwenden, besonders auch Marmalehre und Marmapunkte.

• **Azima Wiesner:20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12049

## Yoga Nidra - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Yoga Nidra Tiefenentspannungen nach Swami Satyananda erfolgreich an deine Schüler weiterzugeben.

· **Dr. Nalini Sahay:20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12050

## Yoga Vidya Bodywork - Partner Asanas. Yogalehrer Weiterbildung

Lerne Yoga Vidya Bodywork Kurse zu unterrichten und mit Partner Asanas Abwechslung in deinen Yogaunterricht zu bringen. Viel Praxis, aber mit notwendiger Theorie aus Sportmedizin und Psychotherapie.

· **Radhika Siegenbruk, Maik Piorek:20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12046

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Christine Wiume:20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY12045

## Vinyasa Flow - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst den Vinyasa Flow Yogastil zu praktizieren und zu unterrichten. Harmonisch-fließende Asanas. Aufbau und Struktur von Vinyasa Yoga Stunden. Einsatz von Musik und Mantras im Yoga Unterricht.

· **Marco Büscher:20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.

AWWY12047

**Beginn 24.08.2017 :**

**Spartenübergreifend**

***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :24.08.2017-24.08.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12286

Beginn 25.08.2017 :

### Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Autogenes Training Aufbaukurs - Mittel- und Oberstufe

AT-Mittelstufe und Oberstufe bieten den AT-Übenden nach der Beherrschung der Grundstufe die Möglichkeit, tiefer an persönlichen Fragestellungen und zu arbeiten. Du lernst insbesondere: Mit deinen Teilnehmern individuelle Formeln zu verschiedenen Bereichen erarbeiten. Formelhafte Vorsatzbildungen u.a. zu Organfunktion, Charakterbildung, Grundgefühlen, Verhaltensweisen (z.B. Rauchen) und Ängsten. Teilnahmevoraussetzung: AT-Kursleiter Ausbildung oder vergleichbare Kenntnis der AT-Grundstufe.

· **Michael Büchel:25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaftsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12054

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Ayuryoga

Erklärung der ayurvedischen Doshas Vata, Pitta und Kapha und ihre Beziehung zu Asanas und Pranayama. Hatha Yoga Stunden mit Anpassung und Erweiterung der Yoga Vidya Reihe an die drei Doshas. Die Synergie von Yoga und Ayurveda optimal nutzen. Geeignet für die eigene Praxis wie auch für neue Impulse für Yoga-Unterrichtende.

· **Melanie Sagasser:25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12055

## Business Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Einstiegs-/Orientierungsseminar. Hier bekommst du alle nötigen Informationen, um Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Mit hilfreichen Tipps erfahrener Business-Yogalehrer.

· **Dr. Hans Kugler:25.08.2017-27.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12052

## Einsatz von Musik im Yoga Unterricht - Yogalehrer Weiterbildung

Musik vermittelt und transportiert Emotionen und kann transformieren. Musik im Unterricht kann die Wirkungen der Asanas unterstreichen. Du lernst, worauf du achten solltest, welche Parameter es in der Musik gibt, wie diese wirken, den Einfluss von Musik auf den Körper und ihre Grenzen. Tauche ein in die Welt der Klänge, höre, lasse wirken, spüre und reflektiere. Viele Hörbeispiele, Anregungen und kreative Ideen.

· **Anandini Einsiedel:25.08.2017-27.08.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12053

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :25.08.2017-25.08.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr.  
ABOL12273

**Beginn 27.08.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Klangarbeit in der psychotherapeutischen Arbeit

Klänge sind ein sehr mächtiges kraftvolles und hilfreiches Werkzeug. Sie können auf vielfache Weise die Arbeit mit deinen Klienten unterstützen. Du lernst die Grundlagen im Umgang mit Klangschalen, Stimmgabeln und Stimme und ihre Einsatzmöglichkeiten in der psychotherapeutischen Arbeit kennen. U.a.: Klänge in der Hypnotherapie, in der Ressourcen Arbeit, beim „Ankern“, im Yoga, uvm. Therapeutischer, lehrender oder beratender Grundberuf bzw. Erfahrung von Vorteil.

· **Shambhudas Kim Syta:27.08.2017-01.09.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12056

## Gong Ausbildung

Du lernst Gongs professionell und selbstsicher einzusetzen, z.B. in deinen Yogastunden. Es werden verschiedene Gongs und deren Spielweisen vorgestellt.

· **Wolfgang Meisel, Jutta Kremer:27.08.2017-01.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12058

## T'ai Chi Ch'uan, Qi Gong und Yin Yoga Woche

Kraftvolle Standübungen aus Qi Gong Systemen, fließende und meditative Sequenzen einer klassischen Tai Chi Form, gefühlsvolles und ausgleichendes Yin Yoga. Du lernst, wie wichtig Balance ist zwischen Yin und Yang, Anspannung und Entspannung und wie du flexibler wirst, so dass deine Hatha Yoga Praxis auf ein ganz neues Niveau gehoben wird.

· **Marc Gerson:27.08.2017-01.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12057

**Beginn 01.09.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Vishuddha und Ajna

Lerne alles über das fünfte und sechste Chakra. Sie stehen in Verbindung mit: Freiheit, Weite, Raum, Präsenz, Spiritualität, Nervensystem, Geisteskraft und Stressresistenz. Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.

· **Vani Devi Beldzik:01.09.2017-03.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12059

## Hoch hinaus - der Schädel und das Nervensystem

Gut geschützt in der knöchernen Höhle ruht unser Gehirn mit seinen Zellen, Verbindungen und zwischengeordneten Schaltzentralen. Wie kommen Informationen in die Hirnzelle und was geschieht mit Ihnen? Woher weiß das Gehirn was zu tun ist - und wie komme „ich“ an die Info? Was hat Meditation mit der Faltung meiner Großhirnrinde zu tun? Warum führt z.B. Trommeln in Trance?

· **Ramashakti Sikora:01.09.2017-03.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12060

## Schwangeren Yoga Übungsleiter/in Ausbildung

Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen. Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen und auf Schwangere jeden Monats angepasst zu unterrichten. Anerkannt als Fortbildungsveranstaltung im Sinne von § 7 HebBO. Beschreibung s. S. xx.

· **Susanne von Somm:01.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12062

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F4 - Viveka Chudamani und Asanas Intensiv

Themen: Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Viveka Chudamani" (Das Kleinod der Unterscheidung) von Shankaracharya sowie Asanas intensiv und exakt mit Narayani.

· **Sukadev Bretz, Narayani:01.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12061

## Spartenübergreifend

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.09.2017-29.09.2017.** 21 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - €: 400 -  
 Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
 Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12298

**Beginn 03.09.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Asana Intensiv mit Narayani

schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.

· **Narayani:03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12065

## Erfolgreiches Projektmanagement mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Du reflektierst das Verhalten von Menschen in Projektsituationen. Raja Yoga bietet eine klare Grundlage, mit der du lernst, Konflikte frühzeitig wahrzunehmen und mit Yoga in kreative Energie für dich und das Team zu transformieren. Yogalehrerweiterbildung für psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).

· **Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker:03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12064

## Psychologische Yogatherapie - Intensivtraining - Weiterbildung für Psychologische Yogatherapeuten

In diesem Intensivtraining bekommst du die Möglichkeit, das (besonders) in Baustein A + C Gelernte durch das Praxistraining zu vertiefen und weitere Erfahrungen in Einzelbegleitung zu sammeln. Wie im Baustein C übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des ganzheitlichen Yogas und Elementen aus angewandter Psychologie - besonders aus der Gestalttherapie und Hypnose - zu begleiten.

In der Gruppenarbeit bist du abwechselnd Therapeut, Klient und Beobachter. In dieser Triadenarbeit wirfst du auch einen Blick auf deine persönlichen Anteile in der Begegnung und bleibst dadurch selber in Svadhyaya - im Selbststudium - verankert, was für die beratende Arbeit sehr wichtig ist.

Teilnahmevoraussetzungen:

Yogalehrer-Ausbildung und mindestens Baustein A + C der PYTH-Weiterbildung.

· **Shivakami Bretz, Ute Zöllner:03.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12066

## Yoga Grundbaustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe

Wenn du einen medizinischen Grundberuf hast und Yogatherapie anwenden willst, kannst du dir mit der ‚Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe‘ in mehreren Bausteinen die nötigen Kenntnisse dafür erwerben. Beschreibung s.S. xx.

· **N.N.:03.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 196 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12068

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:03.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12069

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös, . . :03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12063

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:03.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12067

**Beginn 08.09.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Faszientraining mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne verschiedene Techniken aus dem Faszientraining kennen, um das Bindegewebe (Faszien) das die Muskeln, Organe und Knochen umhüllt, geschmeidig und elastisch zu machen und integriere sie in deinen Yogaunterricht um so Beweglichkeit und Wohlbefinden zu fördern. Viele praktische Tipps und Übungen. Bitte Faszienrolle mitbringen.

· **Claudia Bauer:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12070

## Raja Yoga 3

Der Yoga der Geisteskontrolle. Wir besprechen das 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali. Bei den Unterrichtstechniken lernst du: Vortragstechnik, Gruppenleitung.

• **Swami Divyananda:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12074

## Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer

Die Art wie du sprichst, deine Ausdrucksweise, deine Stimme, ganz allgemein dein Sprachgebrauch - das ist deine akustische Visitenkarte. Werde dir dieses Potentials bewusst und schule deine Stimme und deine Sprechweise.

• **Anandini Einsiedel:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12072

## Wissenschaftliches Arbeiten aus der Perspektive des Yoga

Hier lernst du die Grundlagen wissenschaftlicher Arbeit, Herangehensweise und Sprache, bei gleichzeitigem Bezug zum Raja Yoga. Damit hast du einen guten Stand z.B. bei öffentlichen Institutionen, Krankenkassen usw. Du lernst z.B. die korrekte Zitierweise und bekommst hilfreiche Anleitung und Vorlagen.

• **Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12075

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

• **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:08.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12077

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yoga mit Kindern - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne Yoga und Entspannungsübungen an kindliche Bedürfnisse angepasst zu unterrichten. So können sie sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt. Beschreibung s. S. xx.

• **Charry Devi Ruiz:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12073

*Yoga Vidya Nordsee*

## Asana Intensiv mit Narayani

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.

· **Narayani:08.09.2017-12.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 44 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 350€, MZ: 400€, DZ: 463€, EZ: 527€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12076

## Kochkurs Vegane Rohkost und Ernährung

Gesunde Vielfalt entdecken, zubereiten, genießen. Möchtest du dein Wohlbefinden steigern, dich gesund, schön und voller Energie fühlen – und das mit Genuss? Dann bist du hier genau richtig. In dem LeckerRoh-Workshop lernst du die gesunde Ernährungsweise kennen, die leicht zubereitbar und schmackhaft ist: rohe, vegane und vitalstoffreiche Köstlichkeiten.

· **Swetlana Weinmeister:08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12071

**Beginn 10.09.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Premajyoti Schumann:10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12078

## Holistic Pulsing Ausbildung

Holistic Pulsing ist eine sanfte Methode, mittels derer der Körper bis auf die Zellebene durch schaukelnde Bewegungen, Schwingung und Vibrationen in einen tiefen Entspannungszustand versetzt wird. Du lernst den Aufbau einer Holistic Pulsing Sitzung und die entsprechenden Griffe und Anwendungen.

· **Michaela Hold:10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12081

## Lomi-Lomi - Hawaiianische Energiemassage Ausbildung

Lerne eine vollständige Lomi Lomi Massage zu geben. Mit Skript und Zertifikat. Beschreibung siehe S. xx.

· **Carolyn Freudenberg-Bierwag: 10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12083

## Motivationstrainer/in Ausbildung

Lerne die unterschiedlichen Aspekte der menschlichen Motivation kennen und zu nutzen. Du bekommst alltagserprobte Motivationstools an die Hand, die du für dich selbst und in der täglichen Arbeit mit Kursteilnehmern, Kunden, Klienten, Mitarbeitern oder Teams anwenden kannst.

· **Narendra Hübner: 10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12080

## Physioga - Yoga und Physiotherapie für den Rücken - Yogalehrer und Yogatherapeuten Weiterbildung

In diesem Kurs lernst du Krankheitsbilder klar zu befunden und daraus deine Therapie zu entwickeln. Inhalte: Indikation- Kontraindikationen, Übungsplan und Heimprogramm zu den Körperregionen: LWS, ISG, HWS, Schulter, obere und untere Extremitäten. Ziel: Klare Strukturen zu schaffen und für dich und deinen Teilnehmer/Klienten jederzeit wissen, was du wann und warum tust.

· **Maha Devi Deemter: 10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12079

## Psychologische Yogatherapie bei Burnout - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Burnout-Spirale zu erkennen und Menschen durch ein individuell ausgerichtetes Yogaprogramm zu unterstützen. Wir behandeln u.a. Symptomatik, Entstehung und Verlauf von Burnout, Stress, Resilienz und Selbstkohärenz entwickeln, Selbsterfahrung in der Gruppe in Paar- und Einzelübungen.

· **Marlene Medalasa Mensendiek: 10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12082

## Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **N.N.:10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12308

**Beginn 15.09.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Mental Yin Yoga

Mental Yin Yoga ist eine Synthese aus Yin Yoga, mentalen Ausrichtungs-Prinzipien, Pranayama, Energielenkung, Achtsamkeit und Meditation. Du lernst die wichtigsten Yin Yoga Stellungen und wie du sie in die Yoga Vidya -Reihe oder andere Übungssequenzen einbauen kannst. In den anschließenden Meditationen wird die Wirkung des Yin Yoga vertieft und intensiviert.

· **Premajyoti Schumann:15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12087

### Umgang mit Ärger und Angst

Ärger und Angst sind zerstörerische und lähmende Emotionen. Du lernst ihren Ursprung kennen und praktizierst Techniken, um mit ihnen umzugehen bzw. sie zu überwinden. Dieser Workshop verspricht Dir keine Wunder, sondern gibt Dir solide Techniken, damit Du Dein Leben selbst in die Hand nehmen kannst.

· **Rama Schwab:15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12088

### Yoga für Schwangere - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne, spezielle Yogakurse für Schwangere kompetent zu unterrichten. Inhalte

· **Susanne von Somm:15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12086

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:15.09.2017-22.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12089

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:15.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12091

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Indische Schriften und Philosophiesysteme

Die wichtigsten Yogaschriften: Die 6 Darshanas. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger, Yoga für den Rücken. Insbesondere auch für Yogalehrer.

· **Narada Marcel Turnau, Bhakti Turnau:15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12084

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv D1 - Raja Yoga

Raja Yoga (Yoga Sutras), Meditation, Unterrichtsdidaktik und -techniken, Sanskrit, Asana-Variationen, Shank Prakshalana, Kundalini Yoga.

· **Leela Mata:15.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - €: - Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12090

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yoga für den Rücken - Aufrichtung und Beweglichkeit

Spezielle Übungsfolgen mit besonderem Wert auf rückengerechte genaue Ausführung von Asanas. Du lernst Stellungen für die Analyse deiner Körperhaltung und deiner Beweglichkeit kennen und anschließend gezielte Übungen, die die Wirbelsäule aufrichten und stärken und Haltungsschäden entgegen wirken. Du lernst, Yogastellungen rückenfreundlich zu verändern oder zu ersetzen, wo hilfreich, auch mit Hilfsmitteln wie Gurten, Korkklötzen oder Stühlen. Regelmäßiges Üben kann dir bei eigenen Rückenbeschwerden zur Linderung verhelfen. Als Yogalehrer/in gewinnst du neues Verständnis und Anregungen für deine Unterrichtsstunden.

· **Parashakti Küttner:15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12085

Beginn 17.09.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Ganzkörpermassage Ausbildung

Lerne die intuitive Ganzkörpermassage systematisch kennen, dazu einige Massagetechniken, die schnell erlernbar sind und gute Wirkungen zeigen. Bei der gegenseitigen Massage sammelst du sehr viel praktische Erfahrung, die du direkt an Klienten weiter geben kannst. Schwerpunkt liegt in der Praxis, weniger in der theoretischen Wissensvermittlung.

· **Angelika Fischer:17.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12093

### Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev

Wer schon viele Monate oder Jahre mit einem Mantra arbeitet, braucht neue Anleitung und Tipps, um weiter zu kommen. Sukadev zeigt dir Techniken, um die Meditation tiefer und machtvoller werden zu lassen. Täglich mind. 3 Stunden Mantra-Meditation und geistige Mantra-Wiederholungen während den Yogastunden. Es ist hilfreich im Anschluss noch weiter im Ashram zu bleiben und eventuell eine Purushcharana, das klassische Ritual zur Mantrashakti-Aktivierung, durchzuführen.

· **Sukadev Bretz, Katyayani Ulbricht:17.09.2017-22.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12092

### Rücken-Yoga Lehrer/in Ausbildung Teil 1

Lerne, spezialisierte Rücken-yoga-Kurse kompetent zu unterrichten, und wie du dieses Wissen und diese Sicherheit im Umgang mit Rückenbeschwerden auch in deine normalen Yogastunden einfließen lassen kannst. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile zusammen.

· **Wolfgang Kessler:17.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 75 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1391€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12094

### Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

· **N.N.:17.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12309

## Beginn 22.09.2017 :

### Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## 3-Jahres-Yogalehrer-Ausbildung Beginn

Beginn der 3jährigen Yogalehrer-Ausbildung in Bad Meinberg.

· **Alexandra Kabisch:22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 112€, MZ: 131€, DZ: 155€, EZ: 180€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12095

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Atmamitra Mack, Nirmala Erös:22.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12098

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Asana Exakt

Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

· **N.N.:22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY12096

*Yoga Vidya Nordsee*

## Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yogastunden und Mantra-Singen. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **N.N.:22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12097

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :22.09.2017-22.09.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12274

**Beginn 24.09.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung Intensivkurs

Ganzheitliche Ausbildung in allen Aspekten des Ayurveda in Theorie und Praxis.

· **Janavallabha Das Wloka:24.09.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 350 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 2142€, MZ: 2492€, DZ: 2931€, EZ: 3388€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12102

## Vegane Ernährungsberater/in Ausbildung

Auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse lernst du Einzelne und Gruppen bezüglich einer veganen Lebensweise zu beraten und auch auf die Bedürfnisse in besonderen Lebensphasen (Schwangerschaft, Senioren etc.) einzugehen.

· **Julia Lang:24.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12101

## Yin Yoga und Faszientraining

Im Yin Yoga, dem regenerativen „weiblichen“ Yogastil, werden Sehnen, Bänder und Faszien stimuliert und gedehnt. Durch das längere meditative Halten der Stellungen gelangt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur.

· **Arjuna Wingen:24.09.2017-29.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12099

## Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **N.N.:24.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12310

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Faszien Yoga Trainer/in Ausbildung

Hier lernst du, deinen Yoga-Unterricht fasziengerecht anzupassen, d.h., besonders das muskuläre Bindegewebe zu trainieren. Mit praktischen Beispielstunden, Übungsabfolgen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Faszienforschung. Ideal auch als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken.

· **Brigitta Kraus:24.09.2017-29.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12100

**Beginn 28.09.2017 :**

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :28.09.2017-28.09.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12287

Beginn 01.10.2017 :

### Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Asana Exakt

Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

· **Doranda Trotno:01.10.2017-03.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 98€, MZ: 123€, DZ: 154€, EZ: 186€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12103

### Ayurvedische Marma Massage Ausbildung

Lerne die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. Durch sanfte kreisförmige Bewegungen auf bestimmte Energiepunkte des Körpers können Giftstoffe entfernt und gebundene Energien sowie blockierte Emotionen freigesetzt werden.

· **Leela Mata:01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12104

### Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung Intensiv

Mit den Klängen kannst du deine Teilnehmer/innen noch leichter in die Entspannung oder die Meditation führen. Du lernst, Klangschalen und Gongs gezielt bei den Yogaübungen einzusetzen. Ein Klangmassage Workshop vermittelt dir einen konkreten Einblick in die ganzheitliche und therapeutische Wirkung der Klangmedien auf den Menschen.

· **Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister:01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12106

## Stressmanagement Berater/in Ausbildung

Hier lernst du alles über Stressbewältigung und Entspannung für einen gesunden Alltag in Beruf, Familie, Freizeit – für dich, deine Teilnehmer, Klienten! - Die Ausbildungsinhalte orientieren sich an den Voraussetzungen für anerkannte Krankenkassen Präventionskurse im Bereich Stressmanagement und Entspannung.

· **Shaktidas Schüler:01.10.2017-06.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12107

## Yoga bei psychischen Problemen - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne, mittels Yoga deine Kursteilnehmer zu tieferer Selbsterkenntnis zu führen und ihnen Zugang zu innerer Kraft zu verschaffen. Diese Weiterbildung richtet sich an Yogalehrer mit Unterrichtserfahrung ohne tiefere psychotherapeutische Vorkenntnisse. Gleichzeitig Pflichtbaustein D der Psychologischen Yogatherapie-Ausbildung.

· **Shivakami Bretz, Ute Zöllner:01.10.2017-08.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12108

## Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **N.N.:01.10.2017-08.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12311

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yoga Nidra - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Yoga Nidra Tiefenentspannungen nach Swami Satyananda erfolgreich an deine Schüler weiterzugeben.

· **Michael Büchel:01.10.2017-06.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12105

**Beginn 02.10.2017 :**

**Spartenübergreifend**

**BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergschweg 1, 44879 BO**

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: 02.10.2017-31.10.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - €: 400 -  
Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12299

Beginn 06.10.2017 :

### Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yogastunden und Mantra-Singen. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Sivanandas Elgeti, Christine Wieme, Vani Devi Be: 06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12110

## Passive Yoga - Inspirationen für den Yoga Unterricht

Passive Yoga, der Yoga der Berührung, ist eine ideale Ergänzung für deinen Yogaunterricht. Du lernst Berührungängste zu verlieren und sinnvollen Hands-on Support zu geben. Vertrauen und Entspannung werden gefördert, Anspannungen aus Bewegungsmustern und Verspannungen gelöst.

· **Lara-M. Vucemilovic-Geeganage, Subash J. Geeganage: 06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12109

## Übungsleiter Yoga für Jugendliche

Für alle, die mit Jugendlichen Yoga üben wollen. Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen auf Jugendliche angepasst zu unterrichten.

· **Ramashakti Sikora: 06.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12113

## Yoga mit Jugendlichen - Yogalehrer Weiterbildung

- **Aditi Kolkmeier:06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12111

**Beginn 08.10.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Fastenkursleiter Ausbildung

Werde als Fastenkursleiter aktiv! Du kannst Fastenkuren am Wohnort oder im Urlaub anbieten, mit Ärzten, Kurkliniken oder Wellnesshotels kooperieren u.a. 1. Woche Theorie, 2. Woche Praxis Fastenwoche. Beschreibung s. S. xx.

- **Sharima Steffens, Premajyoti Schumann:08.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12117

### Klangmassage, Klangyoga und Gong Ausbildung Teil 1

Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Lerne die Klang-Grundbehandlung des Körpers, der Chakren und der Aura. Ausbildung beinhaltet Teil eins und zwei. Beschreibung s.S. xx.

- **Bhajan Noam:08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12116

### Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

- **N.N.:08.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12312

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

### Yin Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Yin-Aspektes im Yoga; funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien; Yin Yoga Asanas und ihre Wirkungen; Einsatz von Hilfsmitteln; Anpassung an die individuelle Konstitution des Schülers; Yin Yoga Stunden anleiten; Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe integrieren.

· **Brigitta Kraus:08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12114

*Yoga Vidya Nordsee*

## Gesichtsdiagnose Ausbildung

Die Augen sind der Spiegel der Seele! Aber was verraten eigentlich Haut, Haare, Stirn, Wangen, Nase, Mund und Kinn über den Zustand des Körpers? Du lernst zu erkennen, ob du bzw. dein Klient gesund bist/ist oder ob der Organismus an bestimmten Stellen aus der Balance geraten ist.

· **Eric Vis Dieperink:08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12115

**Beginn 13.10.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yogastunden und Mantra-Singen. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Sivanandas Elgeti, Christine Wieme, Chandrasheka:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12118

## Selbstvermarktung für Yogalehrer/innen

Social Media bietet viele Möglichkeiten, als Yogalehrer/in oder Trainer/in sich und sein Angebot sichtbar zu machen. Du lernst die Vorteile authentischen Selbstmarketings kennen. Dazu erhältst du konkrete Tipps und Checklisten für dein Konzept, deine strategische Netzwerkarbeit, deine Facebookseite und einiges mehr.

· **Sabine Flechner:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12122

## Yin Yoga - achtsam, ruhig und tief

Yin Yoga führt uns auf unsere heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Loslassen und liebevolle Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Unterstützt durch Kissen und Decken werden die Positionen längere Zeit ohne Muskelaufwand auf dem Boden eingenommen, so dass das Bindegewebe und die Gelenke sanft gedehnt werden. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.

· **Sanja Wieland:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12119

## Yoga für Kinder mit ADS/ADHS - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst dieses Wochenende, was ADS/ADHS ist und was Yoga bewirken kann. Siehe S. xx.

· **Iris Zanders:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12120

## Yogatherapie Einführung

Du lernst die Grundlagen und Wirkungsweise der Yoga Therapie zur Heilung und Vorbeugung von weit verbreiteten Krankheiten. Gleichzeitig Beginn der Ganzheitlichen Yogatherapie Ausbildung

· **Ravi Persche, Claudia Persche:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12121

*Yoga Vidya Nordsee*

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.

· **N.N.:13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12124

**Beginn 15.10.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Autogenes Training Kursleiter Ausbildung

Lerne Menschen in Kursen und Seminaren mit dem Autogenen Training in die Entspannung zu führen. Beschreibung s.S. xx.

· **Michael Büchel:15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12126

## Health & Life Style Berater/in Ausbildung

Gesundheit ist das harmonische Zusammenspiel vieler Faktoren. Diese intensive 7-tägige Ausbildung deckt eine Vielfalt wichtiger Lebensbereiche ab – wie z.B. Ernährung, Bewegung, Prävention, Umweltstoffe, Konsum, Textilien, Bauen. Für ein gesundes glückliches Leben für dich selbst und um Klienten oder Teilnehmer kompetent zu beraten.

· **Kati Tripura Voß:15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12132

## Kristall-Akupunktur Ausbildung Teil 1

Bei dieser Akupunkturtechnik werden die Nadis (Energiekanäle) mit einem Bergkristall behandelt. Der Kristall-Laser lässt Heilung geschehen. Lerne diese Technik anzuwenden und entdecke ihre vielfältigen Wirkungen. Nur zusammen mit Teil zwei möglich.

· **Bhajan Noam:15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12128

## Nada Yoga Grundausbildung

Du lernst Methoden des ursprünglichen Nada Yoga auf der Basis der "7 Töne des Lichts" in Theorie und Praxis kennen. Dies ergänzt durch gezielte Körperarbeit und Stimmtraining. Du erfährst, wie dein Atem und deine Stimme heilend auf alle Chakras und Nadis wirken und dich berühren können – bis in ganz feinstoffliche Schichten hinein. Die eigene Erfahrung ist die Grundlage, Nada Yoga selbst im Unterricht in pädagogischen, heilenden oder spirituellen Berufen anzuwenden.

· **Anne-Careen Engel:15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12130

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:15.10.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12134

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12127

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:15.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12133

## Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.

· **N.N.:15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12313

## Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen und Erkrankungen des Verdauungssystems

Weit verbreitete gesundheitliche Probleme wie Diabetes, Gastritis, Ulzera, Verstopfung, Hämorrhoiden werden mit Hilfe von Ernährungsumstellung, Reinigungstechniken, speziellen Yogaübungen und –Atemtechniken behandelt.

· **Ravi Persche, Claudia Persche:15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12131

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Ayur Yoga Ausbildung

Doshas (Bio-Energien) und ihre Beziehung zu den Asanas, zu Pranayama und Meditation. Für Yogalehrer und Ayurveda Gesundheitsberater sehr empfehlenswert.

· **Hridaya Loosli:15.10.2017-20.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12129

**Beginn 20.10.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Gründungsseminar für Yogalehrer und Gesundheitsberufe

Informiere dich über alle Aspekte einer Existenzgründung. In diesem Seminar erlernst du die systematische Vorgehensweise von der Konkretisierung der Idee über das Sammeln erster Informationen, dem Knüpfen wichtiger Kontakte, Klären von Standortfragen uvm. Du bekommst die Möglichkeit, gemeinsam mit der Seminarleiterin erste Ansätze für deine Existenzgründung zu erarbeiten.

· **Ute C. Gerhardt:20.10.2017-22.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12135

## Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv C

Für Yogalehrer und Kinderyoga-Übungsleiter. Du lernst systematisch die Grundlagen des Yogaunterrichts für Kinder in Theorie und Praxis.

· **Kavita Pippon:20.10.2017-29.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 110 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12140

## Yoga mit Kindern - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne Yoga und Entspannungsübungen an kindliche Bedürfnisse angepasst zu unterrichten. So können sie sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt. Beschreibung s. S. xx.

· **Kavita Pippon:20.10.2017-22.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12138

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:20.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12139

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Hatha Yoga Unterrichtstechniken - Yogalehrer Weiterbildung

Wir wiederholen und vertiefen die Unterrichtstechniken des Hatha Yoga. Neben der korrekten Ausführung liegt der Schwerpunkt in der individuellen Korrektur und in Hilfestellungen. Beschreibung s.S. xx.

· **Hridaya Loosli:20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY12136

## Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yogastunden und Mantra-Singen. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Swami Divyananda:20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 AWWY12137

**Beginn 22.10.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ausbildung zum/r Psychologischen Ayurveda-Berater/in

Lerne, Menschen gezielt mit ayurvedisch-psychologischen Methoden zu beraten. Du kannst Einzel- und Gruppenberatung, Kurse und Workshops zu ayurvedischer Seelenkunde praxisbezogen anbieten.

· **Nepal Lodh:22.10.2017-29.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12143

## Heiler Ausbildung Teil 1

möchtest. Gut geeignet als Zusatzausbildung für Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten, Yogalehrer, Entspannungskursleiter und verwandte Berufe. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.

- **Bhajan Noam:22.10.2017-27.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12141

## Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter Ausbildung

Lerne, Seminare zum Themenkreis "Mentales Training, Gedankenkraft und Positives Denken" zu geben. Damit kannst du wertvolle Techniken für die Bewältigung des Alltags vermitteln.

- **Sudarshana Dinges:22.10.2017-27.10.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12142

Beginn 26.10.2017 :

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen

Musikalische Lesungen mit Rechengpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :26.10.2017-26.10.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12288

Beginn 27.10.2017 :

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Samvahana Massage Ausbildung - Massage der liebevollen Hände

Du lernst eine Herz öffnende Samvahana Behandlung aufzubauen und durchzuführen. Spezielle Massagetechniken mit Aromaölen, Seidentüchern, zarten Pinseln, die den Körper nähren und verjüngen. Diese sinnliche Massage spricht die Seele an und weckt neue Lebensenergie.

· **Galit Zairi:27.10.2017-01.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12145

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:27.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12146

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:27.10.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12147

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Theorie und Praxis der 84 Hauptasanas

Die Hauptasanas werden gemeinsam studiert und besprochen, ihre Wirkungen auf verschiedenen Ebenen sowie Kontraindikationen, Variationen und der Einsatz von Hilfsmitteln. Korrekturen, Hilfestellungen und Ausrichtung. In jeder Einheit wenden wir uns einer Gruppe zu (Stehende Asanas, Rückwärtsbeugen etc.).

· **Kay Hadamietz:27.10.2017-29.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12144

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel · :27.10.2017-27.10.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr.  
ABOL12275

Beginn 29.10.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Ayurveda-Vegan Koch Ausbildung**

Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der Ayurveda Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Julia und Kai.

· **Kai Treude, Julia Lang:29.10.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12153

**Klangreise und Klangmeditation Ausbildung**

In dieser Ausbildung lernst du, Klangreisen und Klangmeditationen professionell anzuleiten. Sie sind sehr beliebt und können den Zuhörern viel Entspannung, Freude und Inspiration bringen. Sie können auch heilsame und therapeutische Wirkung haben.

· **Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister:29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12149

**Lachyoga Übungsleiter Ausbildung**

Durch einfache Lachübungen und Übungen aus dem Yoga lernst du Menschen zu einem tiefen, befreienden Lachen zu führen. Du lernst Kurskonzepte und Übungen auf Yogabasis, Meditationsformen und mehr.

· **Madhavi Fritscher:29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12150

**Yin Yoga und Faszientraining**

Im Yin Yoga, dem regenerativen „weiblichen“ Yogastil, werden Sehnen, Bänder und Faszien stimuliert und gedehnt. Durch das längere meditative Halten der Stellungen gelingt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur.

· **Arjuna Wingen:29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12152

## Yoga rund um die Geburt - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, die Yoga Vidya-Reihe für Schwangere und Frauen in der Rückbildungszeit nach der Geburt anzupassen und zu ergänzen, sowie spezielle Atem- und Entspannungstechniken und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen von Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander.

- **Susanne von Somm: 29.10.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12154

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

- **Christine Wieme: 29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12148

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

- **Mirabai Müller: 29.10.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12156

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

- **Mirabai Müller: 29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12151

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Mirabai Müller:29.10.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12155

**Beginn 01.11.2017 :**

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.11.2017-30.11.2017.** 21 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - €: 400 -  
 Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
 Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12300

**Beginn 03.11.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung

Du möchtest Klangschalen und / oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen?  
 In dieser Weiterbildung lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst.

Mit den Klängen kannst du deine TeilnehmerInnen noch leichter in die Entspannung oder Meditation führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs auch gezielt in den Asanas oder beim Sonnengruss einzusetzen.

· **Vani Devi Beldzik:03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12160

## Neue Wege aus der Depression

Spezielle Yogaübungen bringen dich zurück zu dir selbst. Du kannst dich besser konzentrieren und dich in deinem Körper zu Hause fühlen. Du trittst wieder in Kontakt zu deinem innersten Wesenskern. In einem geschützten Rahmen hast du die Möglichkeit, in Gruppen- Partner- und Einzelübungen alte Muster anzuschauen und neue Lösungsansätze zu finden.

· **Kati Tripura Voß:03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12159

## Raja Yoga Meditationen

Angeleitete Meditationen aus dem Yoga Sutra von Patanjali helfen dir, tiefer in die Meditation zu kommen. Als Meditations-Neuling bekommst du systematische Anleitung zu Stufen der Meditation. Wenn du schon länger meditierst, lernst du mit diesen Techniken deinen Geist noch besser zur Ruhe zu bringen, deiner Meditation neue Impulse und eine neue Tiefe zu geben.

· **Erkan Batmaz:03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12161

## Yoga mit geistig behinderten Erwachsenen - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne, wie du diese Menschen schrittweise zu den Asanas hinführen und durch Hilfestellung Ängste abbauen kannst. Besonders: Sprachbarrieren überbrücken; Aufbau und Gestaltung einer Yogastunde für geistig Behinderte; einfache Übungsreihe mit Hilfsmitteln.

· **Jyoti Maya Hartmann:03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12157

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S:03.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12164

## Zur Ganzheit in die Mitte - unser Bauch

Der Bauch ist mehr als nur der Sitz der Verdauungsorgane. Er ist unsere Mitte, wenn wir stehen. Unser Sonnengeflecht und Energiespeicher, der sicherste Ort der Welt für Erinnerungen und Emotionen – gute wie weniger schöne. Mit dem Bauch entscheiden wir immer dann wenn wir uns trauen.

· **Ramashakti Sikora:03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12158

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Yoga Personaltrainer Ausbildung

Die Ausbildung befähigt dich, im klassischen Personaltraining aktiv zu werden. Statt mit Hanteln und Stoppuhr arbeitest du mit den Instrumenten des Yoga und Ayurveda. Du lernst, die richtige Methode für die individuelle Konstitution zu entwickeln und mit Yoga Entspannung oder Therapie, Kraft- oder Ausdauertraining anzubieten.

· **Kay Hadamietz:03.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12163

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Mirabai Müller:03.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12162

**Beginn 05.11.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Ayurveda Verjüngungs-Berater Ausbildung

Für alle, die Gesundheitskonzepte kennenlernen und sich und andere jung erhalten wollen. Du lernst u.a. Verjüngungstechniken, Kräutermasken, Ayurveda-Anwendungen, Anti-Aging-Mentaltechniken für dich selbst und deine Klienten einzusetzen, Seminare, Gesundheits- und Kosmetikberatungen zu geben.

· **Janavallabha Das Wloka:05.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12166

## Energietrainer Ausbildung

Lerne, Energietraining anzubieten und durchzuführen: in Kursen, Workshops, Einzelcoachings, in Firmen, oder als Bereicherung und Variation deiner sonstigen Lehr-, Beratungs- oder Therapie-Tätigkeit.

· **Kati Tripura Voß:05.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12165

## Mantra Yogalehrer/in Ausbildung Intensivwoche mit Narendra und Katyayani

Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Du lernst u.a.: Wie kannst du Mantras in den Yogaunterricht einbauen, Themenyogastunden mit Mantras konzipieren, Mantras gezielt auswählen und einsetzen, je nach Zielsetzung. Mantras zur Harmonisierung, Mantras für bestimmte Eigenschaften u.v.m.

· **Narendra Hübner, Katyayani Ulbricht:05.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12167

Beginn 10.11.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Abwechslung in die Yoga Vidya Grundreihe bringen - Yogalehrer Weiterbildung

Spielerisch führt dich der Einsatz von Bändern, Klötzen, Kissen, Decken und Matten über das in der Yogalehrerausbildung gelernte Wissen hinaus. Auch durch exakte Ansagen, weiterführende Korrekturen, Bodywork und Partner Asanas kannst du deinen Yogastunden noch mehr Tiefe verleihen. Freue dich auf neue Impulse und viel eigene Yoga Praxis.

· **Karuna M. Wapke:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12175

## Chakra-Meditation intensiv mit Sanskritsilben der Blütenblätter, Bijas und Mantras

Die Bija-Mantra-Meditation auf die Chakren ist eine der energetisierendsten Übungen überhaupt. Und sie funktioniert selbst dann, wenn einem gerade gar nicht meditativ zumute ist. Nebenher stärkst du deine Stimme und dein Atemvolumen. Lerne die Bijas korrekt auszusprechen und erlebe wie deine Energie immer stärker zu fließen beginnt. Teilnahmevoraussetzung: sattwiger Lebensstil, regelmäßige Asana-, Pranayamapaxis.

· **Vani Devi Beldzik:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12171

## Gelassenheit entwickeln

Tiefen des Lebens gelassen zu leben. Mit speziellen Blitz-Entspannungstechniken, Atemtechniken für den Alltag. Mit Strategien und Übungen, um emotionelle Energie zu nutzen ohne von ihr überwältigt zu werden, für den Umgang mit Schuld und Ungerechtigkeit, Selbstakzeptanz und Selbstliebe und für praktische Nächstenliebe im Alltag.

· **Sukadev Bretz:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12172

## Korrekturen und Hilfestellungen - Yogalehrer Weiterbildung

Für alle Yogalehrer, die lernen wollen, mit den Schwierigkeiten ihrer Schüler besser umzugehen. Neueste Erkenntnisse über Anatomie und Physiologie fließen mit ein. Schärfe deinen „diagnostischen Blick“ für die Möglichkeiten (und Unmöglichkeiten) deiner Schüler.

· **Adinath Zöllner:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12174

## Vegan kochen und backen

Du lernst verschiedenste vegane Köstlichkeiten kennen: Schnelle Gerichte für den Alltag, Desserts, Backwaren sowie vegane Varianten vertrauter Speisen und Alternativen zu Fleisch und Käse. Du erfährst, wie eine vollwertige, vegane Ernährung aufgebaut sein sollte und erhältst Tipps für den Alltag.

· **Gundi Nowak:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12173

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Gesang und Stimmbildung

Jeder kann singen; diese Fähigkeit ist uns angeboren. Bei vielen Menschen ist sie jedoch im Laufe des Lebens in Vergessenheit geraten oder nicht richtig ausgebildet worden. Jeder kann es lernen. Alles was man braucht ist Mut und die richtige Methode. Lerne Übungen kennen, deine Singstimme zu entdecken und zu entwickeln: Entspannung, Atemvertiefung, Stimmerweckung, Resonanz, Tonumfang, Stimmkräftigung und Stimmansatz. Sing gemeinsam in der Gruppe.

· **Thomas Hundsalz:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12169

## Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Dr. phil. Oliver Hahn:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12168

## Shiatsu Massage Ausbildung

Lerne 4 grundlegende Shiatsu-Ganzkörperbehandlungen.

· **Ismail Wasawari:10.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12177

## Spirituelle Transformation

Spirituelle Entwicklung vollzieht sich - wie das Leben selbst - nicht in einer geraden Linie, sondern beinhaltet Umbrüche und Veränderungen, die manchmal auch dramatisch sein können. Anhand von praktischen Beispielen aus der spirituellen Geschichte der Menschheit beschäftigst du dich mit den Gesetzmäßigkeiten der Wandlung. Was geschieht in Umbruchphasen?

Wie bewältigst du die Transformation? Woran richtet sich dein Lebensschiff aus? Wie integrierst du deine spirituellen Durchbrüche? Insbesondere auch für Yogalehrer geeignet.

· **Eknath Hummer:10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12170

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Mirabai Müller:10.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12176

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Mirabai Müller:10.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12178

Beginn 12.11.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung**

Als Ayurveda Ernährungsberater/in kannst du individuelle Ernährungspläne erstellen, Ernährungsberatung, Konsultationen, Workshops und Kochkurse anbieten. Siehe S. xx.

· **Janavallabha Das Wloka:12.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12179

**Yin Yogalehrer/in Ausbildung**

Lerne, Yin Yoga zu unterrichten. - Im Yin Yoga werden die Stellungen absolut anstrengungslos bei entspannten Muskeln gehalten. Es ist daher eine besonders „weiche“, „sanfte“ („Yin“) - gleichzeitig besonders tiefgreifende wirkungsvolle - Weise, die Yoga Vidya Grundreihe auszuführen.

· **Christian Bliedtner, Premajyoti Schumann:12.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12180

Beginn 17.11.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Yoga-Kongress**

Die beste Gelegenheit, Yoga in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Über 60 Referenten und Yogalehrer! Bitte Sonderbroschüre anfordern.

· **Sukadev Bretz:17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 167€, MZ: 192€, DZ: 223€, EZ: 256€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12182

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald***Hatha Yoga und Sport - Yogalehrer Weiterbildung**

Asana-Praxis. Siehe S. XX.

• **Narada Marcel Turnau, Bhakti Turnau:17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12181

## Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

• **Nirmala Erös:17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
AWWY12183

*Yoga Vidya Nordsee*

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

• **Mirabai Müller:17.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ANOY12184

**Beginn 19.11.2017 :**

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Entgiftungsmassage Ausbildung

Die Entgiftungsmassage löst Ablagerungen und Schlacken im Körper, so dass sie über das Lymphsystem ausgeschieden werden können. Mit dieser Ausbildung kannst du insbesondere Menschen gezielt bei Fastenkuren, Ausleitungstherapien und der allgemeinen Reinigung des Körpers unterstützen.

• **Angelika Fischer:19.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12186

## Fantasiereisen Kursleiter Ausbildung

du Therapeut/in bist, kannst du Fantasiereisen auch gezielt zur Bearbeitung bestimmter Lebensthemen einzusetzen.

· **Susanne Sirringhaus:19.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12185

**Beginn 23.11.2017 :**

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## **Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen**

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

**Reinhard Kreckel · :23.11.2017-23.11.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12289

**Beginn 24.11.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## **Anatomie und Physiologie für Yogalehrer**

Insbesondere Muskel- und Skelettsystem, Aufbau von Zelle, Bindegewebe und Muskeln. Unterrichtstechniken: Stimm- und Sprachschulung mit praktischen Übungen.

· **Adinath Zöller:24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12187

## **Ayurveda vegan**

Diese empfohlene Grundlage zur Ausbildung zum/zur veganen Ernährungsberater/in vermittelt dir zum einen ein fundiertes Basiswissen und lässt dich zum anderen genüsslich in die neue, kreative, rohkostbetonte Ayurvedaküche eintauchen. Superfoods und das Sammeln von Wildkräutern zur Herstellung von Smoothies und Suppen gehören ebenso dazu wie die Kreation ayurvedisch-typgerechter Salate, Soßen, Pesti, Desserts und vielem mehr.

· **Radharani Priya Wloka:24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12188

## Thai Yoga Massage Ausbildung

Du lernst, eine vollständige Ganzkörper-Thai-Yoga-Massage durchzuführen, sie auf die Bedürfnisse der Klienten abzustimmen, Variationen und aufbauende Positionen, Kontraindikationen.

· **Gundi Nowak:24.11.2017-01.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12191

*Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald*

## Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Prof. Dr. Catharina Kiehle:24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12190

## Yoga für Rückbildung nach Schwangerschaft - Yogalehrer Weiterbildung

Rückbildungsyoga hilft, Körper und Geist in der Zeit nach der Geburt zu zentrieren, den Körper sanft und schonend zu kräftigen und den Beckenboden aufzubauen. Außerdem lernst du: körperliche und seelische Situation von frischgebackenen Müttern und deinen Yogaunterricht sinnvoll darauf auszurichten.

· **Susanne von Somm:24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. AWWY12189

**Musik**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

Rechungpa Kreckel · :24.11.2017-24.11.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12276

Beginn 26.11.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Rücken- und Nackenmassage Ausbildung

Du lernst Massagesequenzen für den Rücken und Schulter-Nacken-Massage. Beschreibung s.S. xx.

· **Satyadevi Bretz:26.11.2017-01.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12192

Beginn 01.12.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Alles im Fluss - Organ- und Steuerungssysteme

Wir betrachten Regelkreise und Steuersysteme unseres Körpers. Dabei treffen wir auf Fragen wie: Warum und wie wirkt Medizin? Wie entstehen Gewohnheiten und wie kann ich sie lösen? Und wir fügen die vielen einzelnen Wunder unseres Körper-Geist-Systems, die wir im Laufe der Anatomie-Jahresgruppe betrachtet haben, zu einem Ganzen zusammen.

· **Ramashakti Sikora:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12193

### Business Yoga Abschluss Wochenende

Praktische Prüfung mit Lehrprobe, Präsentation deines erarbeiteten Business Yoga Konzepts. Feierlicher Abschluss. Zertifikatsübergabe. 80 € Prüfungsgebühr sind im Preis enthalten.

· **Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler, Claudia Bauer:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 229€, MZ: 254€, DZ: 285€, EZ: 318€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12197

## Klangtherapie Chakra Kur

Klangschwingungen stärken, reinigen und harmonisieren die Chakras. Wir arbeiten dabei mit Mantras, Klangschalen, Gongs, Leier, Monochord, Sansulas usw. Du konzentrierst dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die Meditation, Asana- und Pranyama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet.

· **Maik Hofmeister, Jeannine Hofmeister:01.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12199

## Mantras als Kraftquelle für Yogastunden und Meditation - Yogalehrer Weiterbildung

Katyayani inspiriert dich, wie du Mantras und Kirtan in Yogaunterricht und Meditation integrieren kannst. Mantras helfen, die Asanas entspannt und mühelos zu halten, Mantrameditation führt in eine besondere Tiefe und Verbundenheit.

· **Katyayani Ulbricht:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12195

## Senioren Yoga Übungsleiter Ausbildung

Lerne, Yogakurse für Senioren anzuleiten. Besonders interessant für diejenigen, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder selbst älter sind.

· **Kavita Pippon:01.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12200

## Yoga für den Rücken - Yogalehrer Weiterbildung

Rückengerechtes Yoga verlangt sowohl theoretisches Grundverständnis als auch Einfühlungsvermögen. Du lernst u.a die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenprobleme, die Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden und den Aufbau einer Rückenstunde.

· **Wolfgang Kessler:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)

· Nr. ABMY12198

## Yoga für Senioren - Yogalehrer Weiterbildung

Hier erlernen Yogalehrer, wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Siehe S. xx.

· **Kavita Pippon:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12196

*Yoga Vidya Nordsee*

## Bhagavad Gita

Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Mit Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag.

· **N.N.:01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ANOY12194

**Spartenübergreifend**

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

## Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern

Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit

**Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team:01.12.2017-29.12.2017.** 16 Werktag 12-19h. - Ausbildung. 128 Uh - €: 400 -  
 Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
 Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen · Nr. ABOL12301

**Beginn 03.12.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Anatomische Grundlagen für Ayurveda und Massage Therapeuten

Für alle, die ihre anatomischen und physiologischen Kenntnisse vertiefen wollen. Wichtigste anatomische und physiologische Grundlagen: Stoffwechsel, Muskel-/Skelett-, Atmungs-, Verdauungs-, Nerven- und Hormonsystem, Bewegungsphysiologie. Pflichtbaustein für die Ganzheitliche Massage und Ayurveda Therapieausbildung, auch offen für andere Interessierte.

· **N.N.:03.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12202

## Sterbebegleiter Ausbildung

Tod.

· **Vani Devi Beldzik:03.12.2017-08.12.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 58 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12203

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:03.12.2017-31.12.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12205

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:03.12.2017-08.12.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12201

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:03.12.2017-15.12.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12204

**Beginn 08.12.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Bhakti Yoga

Der Yoga der Liebe und Hingabe führt zur Erfahrung des Göttlichen. Das Singen von Mantras und das Ausführen von Ritualen wie Arati, Homa und Puja helfen, sich im Herzen zu öffnen, und die Geschichten aus der hinduistischen Mythologie enthalten große Wahrheiten und sind voller Inspiration.

· **Sitaram Kube, Katja Kedenburg:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12212

## Faszien Bodywork mit Yin Yoga

Erfahre die faszinierende Funktion der Faszien als flexibles Bindegewebenetzwerk, welches alle Körperorgane, Muskeln und Gelenke umhüllt. Sie werden dem Yin Prinzip zugeordnet und durch längeres Halten von Yogapositionen mit Hilfsmitteln und wenig Muskelaktivität passiv gedehnt und stimuliert. Das führt zu mehr Beweglichkeit, Energie und Wohlbefinden. Ergänzt durch aktive Übungen mit einer Faszienrolle wird dein Körper auch in seiner Entgiftung unterstützt.

· **Shanti Wade:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12206

## Gesang und Stimmbildung

Jeder kann singen; diese Fähigkeit ist uns angeboren. Bei vielen Menschen ist sie jedoch im Laufe des Lebens in Vergessenheit geraten oder nicht richtig ausgebildet worden. Jeder kann es lernen. Alles was man braucht ist Mut und die richtige Methode. Lerne Übungen kennen, deine Singstimme zu entdecken und zu entwickeln: Entspannung, Atemvertiefung, Stimmerweckung, Resonanz, Tonumfang, Stimmkräftigung und Stimmansatz. Sing gemeinsam in der Gruppe.

· **Thomas Hundsalz:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12208

## Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

· **Rama Schwab, Atmamitra Mack, Christine Wiume:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12209

## Wissenschaftliches Arbeiten aus der Perspektive des Yoga

Hier lernst du die Grundlagen wissenschaftlicher Arbeit, Herangehensweise und Sprache, bei gleichzeitigem Bezug zum Raja Yoga. Damit hast du einen guten Stand z.B. bei öffentlichen Institutionen, Krankenkassen usw. Du lernst z.B. die korrekte Zitierweise und bekommst hilfreiche Anleitung und Vorlagen.

· **Vedamurti Dr. Olaf Schönert:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlaflsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12207

## Yoga für den Rücken - bei Bandscheibenvorfall, Hexenschuss, Ischias

Du lernst mögliche Beschwerdebilder des unteren Rückens kennen. Als Yogalehrer/in kannst du tiefes Verständnis für den Problembereich des unteren Rückens gewinnen, und Anregungen für deinen Unterricht mitnehmen.

· **Kati Tripura Voß:08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12210

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:08.12.2017-15.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12213

**Beginn 10.12.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Hot Stone Massage-Ausbildung

Du lernst mit heißen Steinen zu arbeiten und eine vollständige Hot Stone Massage zu geben. Durch die Wärme wird der Wirkungsgrad dieser besonderen Massagetechnik erhöht, welche so eine absolute Tiefenentspannung ermöglicht. Sie entspannt, beruhigt, regt die Blutzirkulation an, lockert die Muskeln und aktiviert die Selbstheilungskräfte.

· **Eric Vis Dieperink:10.12.2017-15.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12214

**Beginn 15.12.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Klang Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne die Grundlagen der Schwingungslehre und verschiedene Klangmedien kennen und ihre ganzheitliche Wirkung im Yoga. Nutze dieses Wissen, um die Yogastunden mit Schwerpunkten zu bereichern und deine eigene Praxis so wie die der Schüler sinnvoll und effizient zu unterstützen.

- **Ganapati Nathaus:15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12217

## Praktische Schritte zum inneren Frieden

Ein sehr wirkungsvolles, transformatorisches Seminar mit vielen Anregungen. Unter anderem zu: Mehr Energie im Alltag – Umgang mit Emotionen – Unverarbeitetes integrieren – Positives Denken – gute Beziehungen zu den Mitmenschen aufbauen – seine Lebensaufgabe finden – Beziehung zu etwas Höherem aufbauen.

- **Christian Einsiedel:15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12216

## Sanskrit

Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

- **Rama Schwab, Atmamitra Mack, Christine Wiume:15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr. ABMY12219

## Yoga bei stressbedingten Rückenproblemen - Yogalehrer Weiterbildung

Du lernst, speziell auf die Bedürfnisse einzugehen, die Menschen mit Rücken- und Schulterproblemen in die Yogastunde mitbringen, und Yogastunden entsprechend zu gestalten.

- **Pranava Heinz Pauly:15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12218

## Yoga mit Kindern - Yogalehrer Weiterbildung

Lerne Yoga und Entspannungsübungen an kindliche Bedürfnisse angepasst zu unterrichten. So können sie sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt. Beschreibung s. S. xx.

- **Aditi Kolkmeier:15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
· Nr. ABMY12215

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:15.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12220

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:15.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12221

**Beginn 17.12.2017 :**

**Körper und Geist**

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

## Edelstein Massage Ausbildung

Anwendungen und Wirkungen von Edelsteinen in Massagen; Massagetechniken, Akupressur, Chakra Massage, Edelsteinkunde uvm.

· **Eric Vis Dieperink, Sabine Goldbach:17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12224

## Entspannungskursleiter Ausbildung

Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.

· **Katja Kedenburg:17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12222

## Yin Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Ideal, um als Yogalehrer/in dein Wissen in Theorie und Praxis um Yin Yoga zu erweitern und in deinen Yogastunden einzusetzen. Inhalt u.a.: Verständnis des Yin-Aspektes im Yoga; funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien; Yin Yoga Asanas und ihre Wirkungen; Einsatz von Hilfsmitteln; Anpassung an die individuelle Konstitution des Schülers; Yin Yoga Stunden anleiten; Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe integrieren.

· **Shanti Wade:17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12223

Beginn 22.12.2017 :

## Körper und Geist

*Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen*

### Neue Stellungen einführen - Yogalehrer Weiterbildung

Mut zu Variationen! An diesem Wochenende lernst du Stellungen aus den 84 Grundasanas zu unterrichten, sie durch geeignete Vorübungen aufzubauen und harmonisch in die Yoga Vidya Grundreihe zu integrieren.

· **Christian Bliedtner:22.12.2017-24.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP)  
 · Nr. ABMY12225

### Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

· **Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda:22.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12226

## Musik

*BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO*

### The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

**Rechungpa Kreckel** · :22.12.2017-22.12.2017. 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - €: 0 - Angemessene Spenden statt Eintritt · Nr. ABOL12277

Beginn 24.12.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Atemkursleiter Ausbildung**

Lerne Atemkurse für Gesundheit, sportliche Fitness, Entspannung, Stimmtraining, Energie-Entwicklung und Chakra-Öffnung anzuleiten. Beschreibung s.S. xx.

· **Sudarshana Dinges:24.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
 Nr. ABMY12227

**Beginn 26.12.2017 :****Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Heil- und Segensmeditation**

Du lernst und praktizierst in der Gruppe wunderschöne herzöffnende Meditationen: Licht-/Herzmeditation, Meditation der liebenden Güte, des Lächelns, der Vergebung, des Annehmens und Loslassens, Lotosmeditation. Ein Seminar, das dein Herz öffnet, dir zu mehr innerem Frieden, Selbstakzeptanz und Energie zu zielgerichtetem geschicktem Handeln im Alltag verhelfen will. Insbesondere auch als Weiterbildung für Yogalehrer und im therapeutischen oder edukativen Bereich tätige.

· **Swami Nirgunananda:26.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) · Nr.  
 ABMY12228

**Beginn 28.12.2017 :****Spartenübergreifend***BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO***Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen**

Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

Reinhard Kreckel · :28.12.2017-28.12.2017. 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - €: - · Nr. ABOL12290

Beginn 29.12.2017 :

**Körper und Geist***Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen***Asana Flow Trainer Ausbildung**

Lerne den fließenden Asana Flow Yogastil (Level 1-3) selbst durchzuführen und Kurse anzuleiten, z.B. im eigenen Center, Fitnessstudio, VHS etc. Fließende Sequenzen, mal dynamisch, mal besinnlich, bringen den Körper und die Energien in harmonischen Fluss.

· **Lalita Furrer:29.12.2017-05.01.2018.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) ·  
Nr. ABMY12233

**Therapeutische Grundlagen der Klangtherapie**

Was ist der Unterschied zwischen Klangarbeit zur Entspannung und Klangtherapie? Wo hört Primärprävention auf und wo beginnt Therapie? Durch das Erarbeiten der Grundlagen und konkrete Übungen wirst du sicherer bei deiner Arbeit mit Klängen. Pflichtbaustein für Absolventen der Klangtherapie-Baustein-Ausbildung und offen für alle Interessierten, die beruflich oder privat mit Klängen arbeiten. Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang und Anwendung von Klanginstrumenten oder Besuch eines Klang- oder Gongseminars.

· **Atmamitra Mack:29.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12230

**Yin Yoga**

Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.

· **Udo Demmig:29.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) · Nr.  
ABMY12231

Beginn 31.12.2017 :

**Körper und Geist***Yoga Vidya Nordsee*

## Sadhana - intensive Praxis

Lade dich auf in einer Woche intensiver Yogapraxis, die dich in neue Tiefen deines Sadhana führt. Du schulst deine Achtsamkeit in der Hatha Yoga Praxis und wirst in längere Meditationspraxis hineingeführt. Vorträge über die tiefere Wirkungsweise der Yogapraxis.

· **N.N.:31.12.2017-05.01.2018.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - €: - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) · Nr. ANOY12234

Aus-, Fort- & Weiterbildungen - Bildungsurlaube, Kultur & Sprachreisen, abschlussbezogene Bildungsgänge  
**Audio-Visuelle Kunst - Bildende Kunst - Körper und Geist - Literatur - Musik - Tanz - Theater - Grundbildungen**  
**- Kommunikation - Neue Medien & EDV - Spartenübergreifendes - Umwelt & Ökologie - Kultur-/Pädagogik - Politik**

Allg. Infos & Anmeldung:  
Mo-Fr 15-17 Uhr  
fon 0234 9411184

Programm-Ergänzungen & Anmeldung finden Sie auch auf: [www.akademiederkulturen.de](http://www.akademiederkulturen.de)

Beratung zu Bildungsschecks/  
-förderungen:  
fon 0234 -3247830,  
-95068304, -95067319  
Reinhard Kreckel (Ltg), Daniel  
Fenge,  
Gordana Simundza  
c/o BOLA Bildungsstätte  
Herbergsweg 1  
44879 Bochum

### **ORIENTIERUNGSHILFE:**

1. Siehe ebook-KALENDER (Nach Fachbereichen, Orten und Datum sortiert)
2. Diese Programm-Info: Die Veranstaltungen sind nach Titeln sortiert  
Nutzen Sie die Suchfunktion ihres pdf-Readers! (Kurzbefehl: windows/linux: ctrl-l oder mac: cmd-f)

## **2-jährige berufsbegleitende Ausbildung zum Yogalehrenden Jahr 2**

**Körper und Geist**

### **2-jährige berufsbegleitende Yogalehrer-Ausbildung**

Yoga ist in aller Munde! Millionen Menschen in Deutschland machen die Erfahrung dass ihnen Yoga und Meditation gut tut. Oftmals kommen sie an den unterschiedlichsten Bildungseinrichtungen mit Yoga in Berührung. Zunehmend unterstützen die gesetzlichen Krankenkassen Yoga als eine Möglichkeit der gesundheitlichen Prävention. In Betrieben findet Yoga und Meditation immer mehr Anklang im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsprogramme.

Es ist empfehlenswert, die Yoga Praxis unter Anleitung von gut ausgebildeten, erfahrenen Yogalehrenden zu erlernen.

In Kooperation mit der Akademie der Kulturen NRW / Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung bieten wir eine berufsbegleitende 2-jährige Ausbildung zum Yogalehrenden Die Ausbildung folgt den Richtlinien der Europäischen Yogalehrer Union.

Ab 09. Januar 2016 beginnt die dritte 2-jährige berufsbegleitende Ausbildung zum Yogalehrenden mit insgesamt 500 Unterrichtseinheiten (1 UE = 45 Min.) an jeweils 9 Wochenenden und einer Intensivwoche im Jahr.

Die Ausbildung folgt den Richtlinien der Europäischen Yogalehrer Union (EYU) und ist nach den Qualitätsanforderungen des Gütesiegel Weiterbildung NRW zertifiziert.

Der Kern der Ausbildung ist die Förderung des inneren Wachstums von Erfahrungen der eigenen Stille. Als Basis findet eine Einführung in die Transzendente Meditation (TM)\*, nach Maharishi Mahesh Yogi, statt und eine regelmäßige Praxis der Meditation.

Auf dieser Grundlage können wir die Verbindung zwischen individueller Physiologie und kosmischer Physiologie verstehen. Yoga ist ein Bewusstseinszustand in der eigenen Stille verankert zu sein.

Die Yogahaltungen, Atemübungen, Meditation sind die Unterstützung diesen Anker in die Ruhe und Stille zu festigen. Die verschiedenen Werkzeuge der

Vermittlung wie das korrekte Ausführen von Yogahaltungen, der Aufbau einer Yogastunde, das Anleiten von Atemübungen, Yoga Anatomie, Yoga Philosophie, vedische Quellentexte erlauben uns unserer wachsenden inneren Erfahrung Ausdruck zu geben.

Ausbildungswochenenden 2016

YLA WE 1/18 2016 vom 09. bis 10. Jan 2016

YLA WE 2/18 2016 vom 13. bis 14. Feb 2016

YLA WE 3/18 2016 vom 02. bis 03. Apr 2016

YLA WE 4/18 2016 vom 30. Apr bis 01. Mai 2016

YLA WE 5/18 2016 vom 28. bis 29. Mai 2016

YLA WE 6/18 2016 vom 30. bis 11. Jul 2016

YLA WE 7/18 2016 vom 20. bis 21. Aug 2016

YLA WE 8/18 2016 vom 17. bis 18. Sep 2016

YLA WE 9/18 2016 vom 29. bis 30. Okt 2016

YLA WE 10/18 2016 vom 03. bis 04. Dez 2016

Ausbildungswochenenden 2017

YLA WE 11/18 2017 vom 07. bis 08. Jan 2017

YLA WE 12/18 2017 vom 25. bis 26. Feb 2017

YLA WE 13/18 2017 vom 18. bis 19. Mrz 2017

YLA WE 14/18 2017 vom 29. bis 30. Apr 2017

YLA WE 15/18 2017 vom 01. bis 02. Jul 2017

YLA WE 16/18 2017 vom 02. bis 03. Sept 2017

YLA WE 17/18 2017 vom 04. bis 05. Nov 2017

YLA WE 18/18 2017 vom 09. bis 10. Dez 2017

Intensiv-Wochen 2016/17

YLA Wo 1/2 2016 vom 02. bis 08. Jul 2016

YLA Wo 2/2 2017 vom 03. bis 09. Jun 2017

Abschluss der Ausbildung am 13. Januar 2018

Die Unterrichtszeiten sind an den Samstagen wie auch an den Sonntagen 09:00-10:30, Pause, 10:45-12:15, Pause, 13:15-14:45, Pause, 15:00-16:30, Pause, 16:45-18:15

Analog dazu sind die Unterrichtszeiten während der Intensiv-Wochen täglich 09:00-10:30, Pause, 10:45-12:15, Pause, 13:15-14:45, Pause, 15:00-16:30, Pause, 16:45-18:15

Die Kosten der Ausbildung betragen insgesamt 4.380 €

Nur Jahr 1& 2 zusammen buchbar.

Joachim Pfahl · : Yogaraum Mönchengladbach – Sophienstr. 29 – 41065 M.-gladbach

**07.01.2017-10.12.2017.** Samstagen wie auch an den Sonntagen 09:00-10:30, Pause, 10:45-12:15, Pause, 13:15-14:45, Pause, 15:00-16:30, Pause, 16:45-18:15. - Seminar / Ausbildung. 230 Uh - € - Teilnahmegebühr bei Buchung von Jahr 1 AVIG11566 enthalten - Nr. AVIG11572

### 3 Körper und 5 Hüllen in der Asanapraxis

Körper und Geist

**In diesem Praxisseminar erfährst du die Lehre von den 3 Shariras und 5 Koshas direkt in deiner Asanaspraxis. Zunächst lernst du, die grobe Ebene der Annamaya Kosha in der Asana zu beruhigen; dann deinen Energiekörper systematisch in Asana und Pranayama zu erfahren, wonach du die emotionale, intellektuelle und Wonnehülle in deinem Geist zu unterscheiden lernst. Mit diesen Erfahrungen legst du ein Fundament für meditatives Üben der Asanas.**

In diesem Praxisseminar erfährst du die Lehre von den 3 Shariras und 5 Koshas direkt in deiner Asanaspraxis. Zunächst lernst du, die grobe Ebene der Annamaya Kosha in der Asana zu beruhigen; dann deinen Energiekörper systematisch in Asana und Pranayama zu erfahren, wonach du die emotionale, intellektuelle und Wonnehülle in deinem Geist zu unterscheiden lernst. Mit diesen Erfahrungen legst du ein Fundament für meditatives Üben der Asanas. In geführten Meditationen und Yogastunden dringst du mit deiner Beobachtung immer tiefer in dein Körper-Geist-System ein.

· Adishakti Stein: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11796

### 3-Jahres-Yogalehrer-Ausbildung Beginn

Körper und Geist

**Beginn der 3jährigen Yogalehrer-Ausbildung im Westerwald.**

Dies ist die Einführungsveranstaltung zur 3-jährigen Yogalehrerausbildung in Bad Meinberg oder im Westerwald.

Die 3-Jahres-Ausbildung ist ideal, um Yoga wirklich umfassend zu üben, zu erfahren und im täglichen Leben umzusetzen.

Sie besteht aus jährlich 7 Wochenenden und 1 Intensivwoche. Sie verbindet so die Vorteile einer längeren Ausbildung wie individuelle Führung, Verinnerlichung der spirituellen Prinzipien, Umsetzung ins tägliche Leben, engeren Kontakt mit den anderen Teilnehmern mit der transformatorischen Kraft von Intensiv-Wochen.

Die Abrechnung erfolgt in der Regel monatlich und beginnt mit der Anmeldung zu diesem Einführungsseminar (Preise siehe unten).

Weiterführende Informationen zu Teilnahmebedingungen, Inhalten der Ausbildung, SeminarleiterInnen, Terminen und Zahlungsmodalitäten erhältst du hier (Link: <https://www.yoga-vidya.de/ausbildung-weiterbildung/yogalehrer-ausbildung/3-jahre/>)

Ausbildungsgebühr:

Ab MZ 131 € pro Monat; DZ 155 €; EZ 180 €; S/Z/Womo 112 €.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**31.03.2017-02.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 23 Uh - € - Zelt: 112€, MZ: 131€, DZ: 155€, EZ: 180€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11818

### Beginn der 3jährigen Yogalehrer-Ausbildung in Bad Meinberg.

Dies ist die Einführungsveranstaltung zur 3-jährigen Yogalehrerausbildung in Bad Meinberg oder im Westerwald.

Die 3-Jahres-Ausbildung ist ideal, um Yoga wirklich umfassend zu üben, zu erfahren und im täglichen Leben umzusetzen.

Sie besteht aus jährlich 7 Wochenenden und 1 Intensivwoche. Sie verbindet so die Vorteile einer längeren Ausbildung wie individuelle Führung, Verinnerlichung der spirituellen Prinzipien, Umsetzung ins tägliche Leben, engeren Kontakt mit den anderen Teilnehmern mit der transformatorischen Kraft von Intensiv-Wochen.

Die Abrechnung erfolgt in der Regel monatlich und beginnt mit der Anmeldung zu diesem Einführungsseminar (Preise siehe unten).

Weiterführende Informationen zu Teilnahmebedingungen, Inhalten der Ausbildung, SeminarleiterInnen, Terminen und Zahlungsmodalitäten erhältst du hier (Link: <https://www.yoga-vidya.de/ausbildung-weiterbildung/yogalehrer-ausbildung/3-jahre/>)

Ausbildungsgebühr:

Ab MZ 131 € pro Monat; DZ 155 €; EZ 180 €; S/Z/Womo 112 €.

· Alexandra Kabisch: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 112€, MZ: 131€, DZ: 155€, EZ: 180€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12095

### Abwechslung in die Yoga Vidya Grundreihe bringen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Spielerisch führt dich der Einsatz von Bändern, Klötzen, Kissen, Decken und Matten über das in der Yogalehrerausbildung gelernte Wissen hinaus. Auch durch exakte Ansagen, weiterführende Korrekturen, Bodywork und Partner Asanas kannst du deinen Yogastunden noch mehr Tiefe verleihen. Freue dich auf neue Impulse und viel eigene Yoga Praxis.**

Du willst mehr Abwechslung in deinen Yoga Unterricht bekommen? Dann ist diese Yogalehrer Weiterbildung für dich bestens geeignet: Neue Möglichkeiten für Pranayamas, Variationen in den Asanas und Yoga Tiefenentspannung warten auf dich. Spielerisch lernst du in dieser Yogalehrer Weiterbildung Bänder, Klötze, Kissen, Decken und Matten über das in der Yogalehrerausbildung gelernte Wissen hinaus einzusetzen. Auch durch exakte Ansagen, weiterführende Korrekturen, Yoga Bodywork und Partner Asanas kannst du nach deiner Yogalehrerausbildung anschließend deinen Yogastunden noch mehr Tiefe verleihen. Freue dich auf neue Impulse und viel eigene Yoga Praxis.

Teilnahmevoraussetzung für diese Yogalehrer Weiterbildung: Yogalehrer Ausbildung.

· Karuna M. Wapke: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12175

## Achtsamkeitspraxis Lehrer Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne deine eigene Achtsamkeit zu schulen und auszubauen und Kurse in Achtsamkeitspraxis anzuleiten.**

Lerne in dieser Achtsamkeitslehrer Ausbildung Menschen in die Achtsamkeitspraxis des Yoga einzuführen. Erfahre, wie du Achtsamkeit in den Alltag bringen kannst, in deine Yoga Praxis, in jede Handlung und in jeden Gedanken.

Die Achtsamkeitslehrer Ausbildung bietet zahlreiche Übungen aus dem Yoga, um deine eigene Achtsamkeit aufzubauen und vermittelt Kenntnisse und Techniken, um andere in die Achtsamkeit einzuführen. Du weitest Schritt für Schritt dein Bewusstsein aus. Du erfährst in dieser Achtsamkeitslehrer Ausbildung wie du in den kleinsten Ereignissen und Gegenständen und in den Yoga Übungen Quellen der Freude erkennen kannst.

Du lernst in dieser Achtsamkeitslehrer Ausbildung:

- auf Achtsamkeit gezielte Meditationen anzuleiten
- Achtsamkeit in deinen Yoga Unterricht oder sonstige Unterrichtstätigkeit einfließen zu lassen
- Gesprächsrunden mit Achtsamkeit anzuleiten
- deine Achtsamkeitskurse systematisch aufzubauen und einladend zu gestalten
- deine Kurse erfolgreich Einzelteilnehmern, Gruppen und Organisationen anzubieten
- Anleitungspraxis in Kleingruppen während der Achtsamkeitslehrer Ausbildung.

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Adriaan van Wagensveld: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11933

## Alles im Fluss - Organ- und Steuerungssysteme

Körper und Geist

**Wir betrachten Regelkreise und Steuersysteme unseres Körpers. Dabei treffen wir auf Fragen wie: Warum und wie wirkt Medizin? Wie entstehen Gewohnheiten und wie kann ich sie lösen? Und wir fügen die vielen einzelnen Wunder unseres Körper-Geist-Systems, die wir im Laufe der Anatomie-Jahresgruppe betrachtet haben, zu einem Ganzen zusammen.**

Wir betrachten Regelkreise und Steuersysteme unseres Körpers. Dabei treffen wir auf Fragen wie: Warum und wie wirkt Medizin? Wie entstehen Gewohnheiten und wie kann ich sie lösen? Und wir fügen die vielen einzelnen Wunder unseres Körper-Geist-Systems, die wir im Laufe der Anatomie-Jahresgruppe betrachtet haben, zu einem Ganzen zusammen.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12193

## Anatomie des Brustkorbes, Schultergürtels und der oberen Extremität

Körper und Geist

**Mit unseren Händen berühren und ertasten wir. Gehen in Kontakt oder vermeiden diesen, gestikulieren und tragen dabei mehr als die Last unseres Lebens. Und für all das benötigen wir unseren Atem, unseren Herzschlag und unsere Emotionalität. – Aber wie funktioniert das? Was machen wir mit Informationen, die wir empfangen und aussenden? - Körper-und Feinstoffanatomie.**

Mit unseren Händen berühren und ertasten wir. Gehen in Kontakt oder vermeiden diesen, gestikulieren mit den Armen und tragen dabei mehr als die Last unseres Lebens. Und für all das benötigen wir unseren Atem, unseren Herzschlag und unsere Emotionalität. – Aber wie funktioniert das? Was machen wir mit den Informationen, die wir empfangen und aussenden? Und was hat das alles mit einer erholsamen Kahnpartie im Mondschein zu tun? - Körper-und Feinstoffanatomie.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11945

## Anatomie und Physiologie für Yogalehrer

Körper und Geist

**Insbesondere Muskel- und Skelettsystem, Aufbau von Zelle, Bindegewebe und Muskeln. Unterrichtstechniken: Stimm- und Sprachschulung mit praktischen Übungen.**

Anatomie und Physiologie leichtgemacht. Du hattest schon immer Schwierigkeiten mit Anatomie und Physiologie? Dich gefragt, wofür man dieses Know-How wirklich braucht?

Als Yogalehrer bereichern Kenntnisse in Anatomie und Physiologie deinen Unterricht immens.

Für Yogalehrer sind gute Kenntnisse in Physiologie und Anatomie wichtig, insbesondere Muskel- und Skelettsystem, Aufbau von Zelle, Bindegewebe und Muskeln. Unterrichtstechniken: Stimm- und Sprachschulung mit praktischen Übungen.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11787

· Adinath Zöller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12187

## Anatomische Grundlagen für Ayurveda und Massage Therapeuten

Körper und Geist

**Für alle, die ihre anatomischen und physiologischen Kenntnisse vertiefen wollen. Wichtigste anatomische und physiologische Grundlagen: Stoffwechsel, Muskel-/Skelett-, Atmungs-, Verdauungs-, Nerven- und Hormonsystem, Bewegungsphysiologie. Pflichtbaustein für die Ganzheitliche Massage und Ayurveda Therapieausbildung, auch offen für andere Interessierte.**

Vertiefe dein Verständnis des menschlichen Körpers. Für alle, die ihre anatomischen und physiologischen Kenntnisse vertiefen wollen, aus persönlichem Interesse oder für die aus beruflichen Gründen ein solches Verständnis hilfreich oder erforderlich ist. Hier werden die wichtigsten anatomischen und physiologischen Grundlagen behandelt: - Stoffwechselfunktionen - Muskel-/Skelettsystem - Atmungssystem - Verdauungssystem - Nerven- und Hormonsystem - Bewegungsphysiologie und mehr, die auch für die Heilpraktiker-Überprüfung unentbehrlich sind. Pflichtbaustein für die Ganzheitliche Massage-Ausbildung und für alle (außer Teilnehmer der Yoga-Therapie-Ausbildung), die den Vorbereitungskurs auf die Heilpraktiker-Kennntnisüberprüfung belegen wollen. Aber auch offen für andere Interessierte.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12202

## Anfänger unterrichten - Weiterbildung für Yogalehrer

Körper und Geist

**Du lernst eine große Vielzahl an Übungen für Anfänger um deine Yogastunden variantenreicher zu gestalten. Siehe S. xxx.**

Was brauchen Anfänger beim Hatha Yoga? Das fragt sich mancher Yogalehrer. In dieser Yogalehrer Weiterbildung findest du Anregungen für deinen Yoga Unterricht: Neue Atemübungen, einfachere Sonnengebetsvariationen für Anfänger, Aufwärmübungen und vorbereitende Haltungen für die Yoga Asanas. Alles Anfänger gerecht! Diese Yogalehrer Weiterbildung ist vor allem für Schüler geeignet, welche über einen längeren Zeitraum einfache Yoga Übungen brauchen. Mit gegenseitigem Unterrichten der gelernten Yoga Übungen.

· Hridaya Loosli: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11958

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**28.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 159€, MZ: 186€, DZ: 226€, EZ: 268€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12002

## Ankommen im Jetzt. Geschichten, Weisheiten und Philosophien östlicher Kulturen mit kosmischen Klängen entspannt verstehen Spartenübergreifend

### Musikalische Lesungen mit Rechungpa & Vadim Laktionov

In Rahmen der Vortragsreihe „Ankommen im Jetzt“ werden Geschichten, Gedichte, Weisheiten und philosophische Anregungen aus verschiedenen Kulturen dargebracht. Dies ermöglicht den Teilnehmern Besinnung und Nachdenken – über sich selbst, die eigene Lebenssituation und die umgebende Welt. Dabei werden Lösungsansätze für persönliche und gesellschaftliche Probleme verdeutlicht, in den Phasen musikalischer Interpretation und Begleitung kontempliert und im anschließendem Gespräch weitergeführt.

Geschichten über das Leben spiritueller Meister sind dazu geeignet, LeserInnen oder ZuhörerInnen zu inspirieren. Von jeher haben sie ihre Aussagen mit Hilfe von Geschichten illustriert. In dieser Lesung wird Rechungpa Reinhard Kreckel einige bedeutungsvolle Geschichten Jahrtausender alter Weisheiten vortragen. Östliche Einsicht verbindet sich mit einer humorvollen Weltsicht, in der das Heilige und das Lachen eng beieinander liegen.

Die Geschichten, Erzählungen und Lyriken werden begleitet und ergänzt durch musikalische Beiträge und heilenden Klänge, die eine angenehme Atmosphäre schaffen, den Geist öffnen und Verstehen in Entspannung fördern.

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**26.01.2017-26.01.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12279

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**23.02.2017-23.02.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12280

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**23.03.2017-23.03.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12281

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**27.04.2017-27.04.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12282

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**25.05.2017-25.05.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12283

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**22.06.2017-22.06.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12284

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**27.07.2017-27.07.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12285

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**24.08.2017-24.08.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12286

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**28.09.2017-28.09.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12287

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**26.10.2017-26.10.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12288

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**23.11.2017-23.11.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12289

Reinhard Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**28.12.2017-28.12.2017.** 20-23h . - Vortrag / Diskussion. 4 Uh - € - - Nr. ABOL12290

## Asana Exakt

## Körper und Geist

**Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren der Asanas. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Mit neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis beleben und verfeinern. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.**

Genaueres Erklären, Praktizieren und Korrigieren von Grundstellungen und Variationen der Yoga Vidya Grundreihe. Durch das bewusste Wahrnehmen der Details in Bewegungen und Stellungen kannst du dein Verständnis für Nutzen und Wirkung festigen und erweitern. Staune über die Erfahrungen, die du durch einfache, jedoch sehr bewusste Schritte in den Asanas machen kannst. Erlebe, wie kleine Unterschiede enorme Auswirkungen haben können. Viele Tipps und Tricks helfen dir, die optimale Position in den Stellungen zu finden und so körperlich, geistig und energetisch Fortschritte zu machen. Mit vielen neuen Inspirationen kannst du deine eigene Praxis neu beleben und verfeinern. Du meisterst die Asanas mit Freude und Leichtigkeit. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlaftaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11890

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11946

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12096

· Dorananda Trotno: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.10.2017-03.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 98€, MZ: 123€, DZ: 154€, EZ: 186€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12103

## Asana exakt Yogalehrer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Vertieftes Asana-, Unterrichts- und Anatomie-Know how, um deinen Yogaunterricht gesund, effektiv, exakt auf die Konstitution und die Möglichkeiten deiner Teilnehmer auszurichten.**

Du hast deine Yogalehrer Ausbildung bereits gemacht und möchtest Feinheiten und Tiefenwirkungen der Yoga Asanas kennenlernen? In dieser Asana exakt Yogalehrer Ausbildung erfährst du anatomische Zusammenhänge und Variationsmöglichkeiten der Yoga Asanas, so dass du deinen Yoga Unterricht effektiver und individueller gestalten kannst.

Du lernst und vertiefst in dieser Ausbildung für Yogalehrer insbesondere:

- die körpergerechte Ausführung der wesentlichen Yoga Asanas wie Stehhaltungen, Umkehrhaltungen, Rückwärtsbeugen, Vorwärtsbeugen und Drehungen
- die exakte Ausrichtung des Körpers in den Asanas
- die Anwendung von Yoga Hilfsmitteln in den Asanas
- detaillierte Hilfestellungen und Korrekturen. Durch gegenseitiges Korrigieren und Unterrichtsproben mit Supervision gewinnst du Sicherheit.

Themen der Yogalehrer Ausbildung:

- Kenntnisse über die Anatomie der Bewegung: Neben Dehnung und Stärkung spielen hier auch anatomisch angeborene Voraussetzungen, wie Knochenformen, Gelenkformen und Proportionen der Körperteile zueinander eine Rolle. Dadurch kann die Ausführungsweise der Asanas entweder begünstigt oder, wenn z.B. Kompression in den Gelenken auftritt, begrenzt werden.
- Haltungsanalyse: du lernst als Yogalehrer die Körperhaltung deiner Teilnehmer/Innen zu erkennen
- Abfolgen von Yoga Asanas, die auf Pranayama vorbereiten

Mit dieser Ausbildung kannst du:

- In deinem Yogaunterricht in Gruppen und im Einzelunterricht Asanas auf genaue, gesundheitsförderliche Weise, auf die individuelle Konstitution

angepasst, anleiten

- Deinen Teilnehmer/Innen Variationen anbieten
- Yogahilfsmittel einsetzen und deren Gebrauch anleiten
- Zielgerichtet Haltungskorrekturen und Hilfestellungen geben

Du erhältst in dieser Yogalehrer Ausbildung kostenlos ein vom Ausbildungsleiter geschriebenes Yoga Buch als Übungsanleitung.

Teilnahmevoraussetzung für die Ausbildung: Abgeschlossene Yogalehrer Ausbildung.

Das benötigte Buch "Yoga Exakt - Asanas für die Mittelstufe" von Wolfgang Kessler kann im Shop erworben werden.

· Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**23.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12000

## Asana Flow Trainer Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne den fließenden Asana Flow Yogastil (Level 1-3) selbst durchzuführen und Kurse anzuleiten, z.B. im eigenen Center, Fitnessstudio, VHS etc. Fließende Sequenzen, mal dynamisch, mal besinnlich, bringen den Körper und die Energien in harmonischen Fluss.**

In der Asana Flow Trainer Ausbildung lernst du diesen Yoga Stil selbst zu praktizieren und ihn zu unterrichten. Asana Flow ist ein fließender Hatha Yoga Stil. Getragen vom natürlichen Atemrhythmus werden Yoga Asanas auf harmonische Weise miteinander verbunden. Du erfährst in dieser Asana Flow Trainer Ausbildung, wie eine Asana ohne Unterbrechung in die nächste gleitet. Die Flows sind in dieser Ausbildung mal langsam und besinnlich, mal dynamisch und kraftvoll. Pranayama hilft dabei, den Fluss der Lebensenergie zu erhöhen.

Verschiedene Yoga Techniken sind hilfreich, um diesen Fluss zu erfahren:

- Pranayama
- Bandhas (Körperverschlüsse)
- Klänge und Mantras
- aber auch tänzerische Elemente, um die Lebensenergie zu aktivieren und auszudrücken

Das Ziel der Yoga Ausbildung ist die Entspannung in der Bewegung.

Du lernst in dieser Asana Flow Trainer Ausbildung insbesondere:

- vorbereitende Übungen
- speziell ausgeführte Pranayamas
- fließende Übergänge von einer Yoga Stellung zur nächsten und die Arbeit mit und an der Wirbelsäule
- Standard-Unterrichtsstunden pro Level mit festgelegten Flows vom Anfänger bis zum Fortgeschrittenen

Nach der Asana Flow Trainer Ausbildung kannst du in deinem eigenen Yoga Center oder in Bildungseinrichtungen wie Volkshochschule, Seminarhäusern etc. Asana Flow Kurse anbieten und durchführen.

Themen der Yoga Ausbildung:

- Kursaufbau und Durchführung, Level 1 bis 3
- Trainingslehre, Sporttheorie
- Wissen über Prana, Nadis, Chakras
- 6 Yoga Wege, Hatha Yoga, drei Körper fünf Hüllen
- Yoga Unterrichtsprinzipien
- Besonderheiten der vorbereitenden Übungen, speziell ausgeführte Pranayamas und Übergänge
- eigene Unterrichtspraxis in Kleingruppen

Teilnahmevoraussetzung für die Yoga Ausbildung: Mindestens ein Jahr Yoga Praxis, gesunde körperliche Verfassung und Fitness.

Prüfung/Zertifikat: praktische und schriftliche Prüfung. Mit Zertifikat Asana Flow Trainer/in (BYVG).  
80 Unterrichtseinheiten.

· Lalita Furrer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.06.2017-16.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11930

· Lalita Furrer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.12.2017-05.01.2018.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12233

## Asana Intensiv - Anatomie leicht gemacht

Körper und Geist

**Durch das Spüren, Benennen und Erkennen von Knochen, Gelenken, Muskeln und Bewegungen in den Asanas verbindest du die intellektuelle Ebene mit der Erfahrungsebene. Aus dieser Verbindung heraus können sich anatomische Fachbegriffe zu natürlichem Wissen umwandeln. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.**

Asanas (Yogastellungen), Pranayama (Atemübungen), Meditation und Mantra-Singen ergeben ein optimales Zusammenspiel, um die linke und rechte Gehirnhälfte auszugleichen, zu stärken und so den Zugang zu deinem Lernpotential erstaunlich zu vertiefen.

In der entspannten und konzentrierten Atmosphäre einer Yogastunde erhöht sich die Fähigkeit zu intuitivem Lernen, so dass du dir sehr schnell Grundkenntnisse und anatomische Fachausdrücke über Knochen, Gelenke, Muskeln und Bewegungen aneignen kannst. Durch die Integration in die Asanas verbindest du die intellektuelle Ebene mit der Erfahrungsebene. Aus dieser Verbindung heraus wird das Lernen spielend leicht gemacht und anatomische Fachbegriffe zu natürlichem Wissen umgewandelt.

Dieses Seminar ist für alle Interessierten und besonders für Unterrichtende geeignet, um anatomische Grundkenntnisse aufzufrischen und Yogastunden abwechslungsreich und interessanter zu gestalten. Täglich 4-6 Stunden Asanas, ergänzt durch Meditation und Mantra-Singen.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11950

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**16.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11985

## Asana Intensiv mit Narayani

Körper und Geist

**Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch inspirierende Vorträge und Meditationen. Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen und bist selbst verblüfft, was alles geht.**

Intensives Arbeiten an den Asanas, ergänzt durch ihre inspirierenden Vorträge und Meditationen machen das Yoga-Üben mit Narayani zum Erlebnis. Narayani ist die Co-Autorin des Buches "Yoga". Sie ist heute noch flexibler als früher. Ihre Unterrichtsweise hat etwas fast Magisches: Auf spielerische Weise, ohne große Anstrengung, lernst du die schwierigsten Variationen der Yoga Asanas und du bist selbst verblüfft, was alles geht. Narayani praktiziert seit langen Jahren intensiv Asanas, sie hat 40 Jahre Unterrichtserfahrung und sie kann dir sehr gute Ratschläge für die Praxis deiner Asanas geben. Ihre sanfte, ruhige und freudvolle Persönlichkeit ist einfach eine Inspiration. Wenig Theorie, dafür umso längere Asana-Stunden.

· Narayani: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11803

· Narayani: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**14.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 50 Uh - € - Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11885

· Narayani: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 407€, MZ: 470€, DZ: 549€, EZ: 629€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12065

· Narayani: Yoga Vidya Nordsee  
**08.09.2017-12.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 44 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 350€, MZ: 400€, DZ: 463€, EZ: 527€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12076

## Atemkursleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne Atemkurse für Gesundheit, sportliche Fitness, Entspannung, Stimmtraining, Energie-Entwicklung und Chakra-Öffnung anzuleiten. Beschreibung s.S. xx.**

Möchtest du als Übungsleiter oder Yoga Lehrer Atem Kurse anbieten, wo Menschen aufatmen können und entspannen? Dann ist diese Atemkursleiter Ausbildung etwas für dich!

Lerne in dieser Ausbildung, wie sich die Atmung ganzheitlich auf den Menschen auswirkt. Die Atmung hat einen großen Einfluss auf Körper und Psyche. Umgekehrt beeinflussen unsere Stimmung und unser körperliches Befinden auch unsere Atmung. Bewusster Umgang mit dem Atem hilft, den Zugang zu sich zu verbessern. Körperliche und seelische Blockaden und Verspannungen können sich lösen, Beschwerden können gelindert werden, ein neues Lebensgefühl kann entstehen. Lerne in dieser Atemkursleiter Ausbildung, Atemkurse anzuleiten und an unterschiedliche Bedürfnisse und Kursformate anzupassen.

Atemkurse können ausgerichtet sein:

- für Menschen mit Atembeschwerden
- zur Steigerung der sportlichen Leistungsfähigkeit, für sportliche Fitness
- für die Entwicklung von geistigem Gleichgewicht
- für mehr Konzentration
- zur Stressbewältigung
- zur Harmonisierung der Chakras (Energiezentren)
- zur Erweckung der Energien
- zur Vorbereitung auf Yoga und Meditation
- zum Sprechtraining

Atemkurse eignen sich als Workshops, z. B. im Rahmen anderer Seminare, in Betrieben, als Fortbildung.

Du lernst in dieser Ausbildung, Atemkurse als mehrwöchige Kurse aufzubauen und z. B. in Yoga Zentren anzubieten. Auch Einzelsitzungen und -beratungen sind denkbar.

Themen der Atemkursleiter Ausbildung:

- Anatomie, Physiologie des Atmungssystems
- Grundatemtechniken
- Einfache Atemübungen
- Sprechtraining
- Anleitung von Yoga Atemübungen: Kapalabhati, Wechselatmung, Bhramari, Sitali, Sitkari, Uddhiyana Bandha, Agni Sara, Gorilla, Ujjayi, Pranayamas im

Gehen, Mula Bandha

- Gründliche Unterrichtsdidaktik
- Energetische Wirkungen

Meditation, Mantra-Singen und Yoga Stunden sind integraler Bestandteile der Atemkurseleiter Ausbildung.

Teilnahmevoraussetzungen für die Atemkurseleiter Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation. Praktische Kenntnisse der Grundatemtechniken. Du kannst in dieser Atemkurseleiter Ausbildung lernen, deinen bisherigen Yoga und Pranayama Unterricht zu bereichern und ganz neue Unterrichtserfahrungen erwerben. Diese Atemkurseleiter Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Yoga Lehrer geeignet.

Zertifikat: Atemkurseleiter / in (BYVG). Ca. 81 Unterrichtseinheiten. Die Atemkurseleiter Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Arbeit ab.

· Sudarshana Dinges: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.03.2017-02.04.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11814

· Katja Kedenburg: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-02.07.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11953

· Sudarshana Dinges: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.12.2017-31.12.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12227

## Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17 (Beginn März 2016) Abschnitt II

Körper und Geist

**Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung**

Inhalte:

Entspannung, Stressmanagement, Burnout-Prophylaxe, Autogenes Training,

Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitsmeditation,

Lach-Yoga, Theorie und umfangreicher Praxisteil

(unter anderem Anleitung von Kurseinheiten durch die Auszubildenden)

In der Ausbildung zum Entspannungspädagogen werden die Entspannungsverfahren Autogenes Training und Progressive - Muskelentspannung in hoher Qualität vermittelt. Es geht um eine achtsame Lebenshaltung geprägt von kontinuierlicher Selbstfürsorge & langfristigem effektiven Stressmanagement

Die Auszubildenden lernen die Entspannungsverfahren in unterschiedlichsten Situationen anwenden zu können - zuhause am Arbeitsplatz - und auch unterwegs zum Beispiel beim warten auf dem Zug im stehen. Entspannungsverfahren können so auch in Situationen im Alltag konstruktiv zur Stressbewältigung eingesetzt werden. Des Weiteren wird die Achtsamkeitsmeditation praktiziert, welche für die tägliche eigene Praxis der Achtsamkeit, sowie für eine offene und wertschätzende Anleitung von Gruppen hervorragend geeignet ist. Entspannung mit Kindern wird durch die erfahrene Gastdozentin Andrea Ehlert fundiert und mit Begeisterung vermittelt. Humor & Lachen bilden weitere wesentliche Qualitäten in der Ausbildung, insbesondere beim Ausbildungsmodul Lachyoga. Das Einüben von Kursleiterverhalten mit Hilfe von Rollenspielen hat bei der Ausbildung zum Entspannungspädagogen von entspanntundkreativ einen besonderen Stellenwert. Hierdurch wird eine professionelle Vermittlung in Kursen und Seminaren intensiv gefördert.

Die Auszubildenden können nach dem 6. Ausbildungswochenende 15.10 - 16.10.2016 die Bescheinigungen Kursleiter Autogenes Training sowie Kursleiter Progressive Muskelentspannung erhalten und diese bei den Kassen einreichen. Dies ermöglicht die eigene Kursplanung für Anfang 2017. Voraussetzung ist eine erstellte Kurskonzeption sowie ein Handout

Termin

14.01 -15.01.2017 / 11.02 - 12.02.2017

Jürgen Kalweit · : Praxis im Kirchhof Reginenstrasse 45a 54130 Essen

**14.01.2017-12.02.2017.** Samstag von 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag von 9:30 - 16:15 Uhr. - Seminar. 30 Uh - € - TN-Gebühr bei Abschnitt I (AEPK11526) enthalten - Nr. AEPK11527

## Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17 (Beginn September 2016) Abschnitt II

Körper und Geist

### Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung

Inhalte:

Entspannung, Stressmanagement, Burnout-Prophylaxe, Autogenes Training,

Progressive Muskelentspannung, Achtsamkeitsmeditation,

Lach-Yoga, Theorie und umfangreicher Praxisteil

(unter anderem Anleitung von Kurseinheiten durch die Auszubildenden)

In der Ausbildung zum Entspannungspädagogen werden die Entspannungsverfahren Autogenes Training und Progressive - Muskelentspannung in hoher Qualität vermittelt. Es geht um eine achtsame Lebenshaltung geprägt von kontinuierlicher Selbstfürsorge & langfristigem effektiven Stressmanagement

Die Auszubildenden lernen die Entspannungsverfahren in unterschiedlichsten Situationen anwenden zu können - zuhause am Arbeitsplatz - und auch unterwegs zum Beispiel beim warten auf dem Zug im stehen. Entspannungsverfahren können so auch in Situationen im Alltag konstruktiv zur Stressbewältigung eingesetzt werden. Des Weiteren wird die Achtsamkeitsmeditation praktiziert, welche für die tägliche eigene Praxis der Achtsamkeit, sowie für eine offene und wertschätzende Anleitung von Gruppen hervorragend geeignet ist. Entspannung mit Kindern wird durch die erfahrene Gastdozentin Andrea Ehlert fundiert und mit Begeisterung vermittelt. Humor & Lachen bilden weitere wesentliche Qualitäten in der Ausbildung, insbesondere beim Ausbildungsmodul Lachyoga. Das Einüben von Kursleiterverhalten mit Hilfe von Rollenspielen hat bei der Ausbildung zum Entspannungspädagogen von entspanntundkreativ einen besonderen Stellenwert. Hierdurch wird eine professionelle Vermittlung in Kursen und Seminaren intensiv gefördert.

Die Auszubildenden können nach dem 6. Ausbildungswochenende

18.02 - 19.02.2017 die Bescheinigungen Kursleiter Autogenes Training sowie Kursleiter Progressive Muskelentspannung erhalten und diese bei den Kassen einreichen. Dies ermöglicht die eigene Kursplanung für Anfang 2017.

Voraussetzung ist eine erstellte Kurskonzeption sowie ein Handout

Termine

21.01 - 22.01.2017 / 18.02 - 19.02.2017/

18.03 - 19.03.2017 / 08.04 - 09.04.2017

13.05 - 14.05.2017 / 10.06 - 11.06.2017

Jürgen Kalweit · : Praxis im Kirchhof Reginenstrasse 45a 54130 Essen

**21.01.2017-11.07.2017.** Samstag von 10:00 - 17:30 Uhr

Sonntag von 9:30 - 16:15 Uhr. - Seminar. 90 Uh - € - TN-Gebühr bei Abschnitt I (AEPK11528) enthalten - Nr. AEPK11529

## Ausbildung Entspannungspädagoge 2016/17 Teil 2

Körper und Geist

### Umfassende Ausbildung Entspannungspädagogik - Autogenes Training / Lachyoga / Progressive Muskelentspannung

Diese Ausbildung bietet Ihnen die Möglichkeit, eine Kombination von Entspannungsverfahren zu erlernen, um sie in der Praxis als Entspannungspädagoge in unterschiedlichsten Arbeitsfeldern vermitteln zu können. Als ausgebildeter Entspannungspädagoge ist es wichtig, über eigene umfangreiche Erfahrungen mit unterschiedlichen Entspannungsmethoden zu verfügen. Ebenso ist die Reflektion der persönlichen Erfahrungen und konstruktiver Umgang mit eigenen Schwierigkeiten in der Stressbewältigung von Bedeutung. Der Zeitrahmen der berufsbegleitenden Ausbildung über ca. 1 Jahr bildet hierfür die Basis.

In einer Zeit, in der immer mehr Menschen unter Stresssymptomen leiden und die Lebensarbeitszeit sich immer mehr verlängert, bietet eine Ausbildung zum Entspannungspädagogen langfristige berufliche Perspektiven. Mir als Ausbildungsleiter, sowie meinen Gastdozenten, macht es sehr viel Freude, Ihnen die Grundlagen der wichtigsten Entspannungsverfahren zu vermitteln. Die Ausbildung beginnt mit dem Ausbildungsmodul Lach-Yoga. Humor, Lachen und Lebensfreude stehen hier im Mittelpunkt und sind Bestandteil aller Ausbildungsmodule.

Abschlusszertifikate

Entspannungspädagoge  
Kursleiter Autogenes Training  
(Möglichkeit der Krankenkassenzulassung)  
Kursleiter Progressive Muskelentspannung  
(Möglichkeit der Krankenkassenzulassung)  
Basisseminar Lach-Yoga

Die Ausbildung Entspannungspädagogik vermittelt Ihnen eine Kombination von Entspannungs- und Stressbewältigungsverfahren, die eine flexible und optimale Anwendung in der Praxis ermöglichen.

wissenschaftlich anerkannte Verfahren wie

Autogenes Training (insgesamt 40 UST)  
Progressive Muskelentspannung (insgesamt 40 UST)  
bewährte Methoden am Beispiel der Atemmeditation und Körperarbeit (insgesamt 15 UST)  
innovative und kreative Verfahren wie Lach-Yoga (insgesamt 15 UST)  
den Einsatz bildhafter Methoden - Entspannung mit Kindern (insgesamt 15 UST)  
Basiswissen der Psychopathologie, Psychologie und psychosomatischen Zusammenhängen (insgesamt 10 UST)

Die Ausbildungsunterlagen können sich die Teilnehmer direkt aus dem Kundenbereich, der stetig erweitert wird herunterladen. Im Preis der Ausbildung zum Entspannungstrainer / zur Entspannungstrainerin enthalten sind sorgfältig aufbereitete Handouts zu den einzelnen Seminarthemen, sowie Arbeitsblätter in Mindmap-Form.

Jürgen Kalweit · : Dore Jacobs Haus Stadtwald Leveringstraße 30, 45134 Essen

**21.01.2017-14.05.2017.** Samstag von 10:00 bis 17:30 Uhr, Sonntag von 09:30 bis 16:15 Uhr. - Ausbildung. Uh - € - Gebühr Teil 1 & 2 zusammen - Nr. AEDJ11620

## Ausbildung zum Trauma-Yoga-Therapeuten TYT AM 1-2

Körper und Geist

**Traumatische Erfahrungen hinterlassen im Körpergedächtnis ihre Spuren. Traumasensibles Yoga (TSY) ist ein körperorientierter therapeutischer Ansatz, der auf dem klassischen Hatha-Yoga basiert.**

In der Ausbildung geht es darum, die erworbenen Kenntnisse im traumasensiblen Yoga so zu vertiefen und zu erweitern, dass sie therapeutisch genutzt werden können. Zusätzlich zu der Stabilisierung und Regulation wird es verstärkt um die Bewältigung und Integration von erlebten traumatischen Situationen gehen. Die Arbeit an Fallbeispielen wird eine große Rolle spielen.

So entwickeln die Teilnehmer Sensibilität und therapeutische Kompetenz im Umgang mit traumatisierten Klienten und Yogaschülern. Die Auseinandersetzung mit eigenen Verletzungen führt dazu, dass Authentizität und Sicherheit wachsen.

Darüber hinaus ist uns die Vernetzung der Teilnehmer untereinander und eine gemeinsame Weiterentwicklung des Trauma-spezifisch körpertherapeutischen Angebots innerhalb der Ausbildungsgruppe ein Anliegen.

Die gesamte Ausbildung (TYT) besteht aus 9 Modulen (EM und AM 1-8).

Erster Teil der Ausbildung: die Module EM, AM 1 und AM 2 siehe auch Fortbildung TSY

Zweiter Teil der Ausbildung: die Module AM3,4,5,6,7,8,9 – nur als Ganzes aufeinanderfolgend zu belegen

Die Ausbildung umfasst insgesamt 144 UE vermittelt an neun 2-Tages Seminaren von je 16 UE

Die Aufbaumodule (AM 1,2,3,4,5,6,7,8) finden ab 2017 in 4 Tages Seminaren (Do-So) in einem Seminarhaus statt. Die Zimmer werden direkt über das Seminarhaus gebucht.

Kursgebühr

Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung ist in jedem Fall der Besuch eines Einführungsmoduls (= 300,- €). Somit beträgt die restliche Kursgebühr für die Ausbildung zum TRAUMA-YOGA-THERAPEUTEN (TYT) wie folgt:

Entscheidung nach dem Besuch des Einführungsmoduls

a) ab dem Besuch der Aufbaumodule 1 bis 8 (AM 1-8) = 2605,- €

Entscheidung nach dem Abschluss der Fortbildung (TSY)

b) ab dem Besuch der Aufbaumodule 3 bis 8 (AM 3-8) = 1955,- €

Regina Weiser · Joachim Pfahl: Seminarhaus Seidenbuch, Buchenstraße 17, 64678 Lindenfels

**02.02.2017-05.02.2017.** Do 09.00 bis 18.00 Uhr, Fr 09.00 bis 17.15 Uhr, Sa 09.00 bis 18.00 Uhr und So 09.00 bis 17.15 Uhr. - Seminar / Ausbildung. 32 Uh - € -  
- Nr. ATYL11706

## Ausbildung zum Trauma-Yoga-Therapeuten TYT AM 3-8

Körper und Geist

**Traumatische Erfahrungen hinterlassen im Körpergedächtnis ihre Spuren. Traumasensibles Yoga (TSY) ist ein körperorientierter therapeutischer Ansatz, der auf dem klassischen Hatha-Yoga basiert.**

In der Ausbildung geht es darum, die erworbenen Kenntnisse im traumasensiblen Yoga so zu vertiefen und zu erweitern, dass sie therapeutisch genutzt werden können. Zusätzlich zu der Stabilisierung und Regulation wird es verstärkt um die Bewältigung und Integration von erlebten traumatischen Situationen gehen. Die Arbeit an Fallbeispielen wird eine große Rolle spielen.

So entwickeln die Teilnehmer Sensibilität und therapeutische Kompetenz im Umgang mit traumatisierten Klienten und Yogaschülern. Die Auseinandersetzung mit eigenen Verletzungen führt dazu, dass Authentizität und Sicherheit wachsen.

Darüber hinaus ist uns die Vernetzung der Teilnehmer untereinander und eine gemeinsame Weiterentwicklung des Trauma-spezifisch

körpertherapeutischen Angebots innerhalb der Ausbildungsgruppe ein Anliegen.

Die gesamte Ausbildung (TYT) besteht aus 9 Modulen (EM und AM 1-8).

Erster Teil der Ausbildung: die Module EM, AM 1 und AM 2 siehe auch Fortbildung TSY

Zweiter Teil der Ausbildung: die Module AM3,4,5,6,7,8,9 – nur als Ganzes aufeinanderfolgend zu belegen

Die Ausbildung umfasst insgesamt 144 UE vermittelt an neun 2-Tages Seminaren von je 16 UE

Die Aufbaumodule (AM 1,2,3,4,5,6,7,8) finden ab 2017 in 4 Tages Seminaren (Do-So) in einem Seminarhaus statt. Die Zimmer werden direkt über das Seminarhaus gebucht.

Kursgebühr

Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung ist in jedem Fall der Besuch eines Einführungsmoduls (= 300,- €). Somit beträgt die restliche Kursgebühr für die Ausbildung zum

TRAUMA-YOGA-THERAPEUTEN (TYT) wie folgt:

Entscheidung nach dem Besuch des Einführungsmoduls

a) ab dem Besuch der Aufbaumodule 1 bis 8 (AM 1-8) = 2605,- €

Entscheidung nach dem Abschluss der Fortbildung (TSY)

b) ab dem Besuch der Aufbaumodule 3 bis 8 (AM 3-8) = 1955,- €

Angela Dunemann · Joachim Pfahl, Regina Weiser: Seminarhaus Seidenbuch, Buchenstraße 17, 64678 Lindenfels

**27.04.2017-03.12.2017.** Do, 9 bis 18 Uhr, Fr, 9 bis 17.15 Uhr, Sa, 9 bis 18 Uhr und So, 9 bis 17.15 Uhr - AM 3+4: 27. - 30.04., AM 5+6: 10. - 13.08., AM 7+8: 30.11. - 03.12.. - Seminar / Ausbildung. 96 Uh - € - - Nr. ATYL11707

## Ausbildung zum/r Psychologischen Ayurveda-Berater/in

Körper und Geist

**Lerne, Menschen gezielt mit ayurvedisch-psychologischen Methoden zu beraten. Du kannst Einzel- und Gruppenberatung, Kurse und Workshops zu ayurvedischer Seelenkunde praxisbezogen anbieten.**

Nach dieser Ayurveda Ausbildung zum psychologischen Ayurveda Berater kannst du Menschen mit psychischen Problemen helfen. Ayurveda ist die älteste Heilkunst, die den Menschen in seiner psychosomatischen Ganzheit und Einmaligkeit betrachtet.

In dieser Ayurveda Ausbildung zum psychologischen Berater lernst du:

- Teilnehmer, Klienten, Freunde, Verwandte zu beraten
- dich selbst und etwaige persönliche Schwierigkeiten gezielt mit den Methoden der ayurvedischen psychologischen Methoden zu bearbeiten und aufzulösen
- Einzel- und Gruppenberatung anzubieten
- Kurse und Workshops über einfache, praxisbezogene Techniken der ayurvedischen Seelenkunde anzubieten

- deine diesbezüglichen Fachkenntnisse in etwaige verwandte Aktivitäten, z.B. als Heilpraktiker, Therapeut oder Yogalehrer, einfließen zu lassen

Themen und Inhalte der Ayurveda Ausbildung:

- Konzept der ayurvedischen Psychosomatik
- Therapieverlauf, Therapeutische Mittel
- Tagesprogramm für eine körperorientierte Seelenbehandlung
- Die ganzheitliche Selbsterfahrung als eine Methode der Seelenbefreiung
- Therapeutischer Einsatz von ayurvedischer Musik und die Gita-Bibliotherapie bei Ängsten, Depressionen und Schlafstörungen
- Therapeutische Familienbehandlung für mehr Freude und Harmonie in Familie und Alltag

Teilnahmevoraussetzung für die Ayurveda Ausbildung:

Grundkenntnisse in Ayurveda. Offenheit für Yoga und Spiritualität. Für Ayurveda Fachleute und interessierte Laien. Selbstverständlich handelt es sich um keine vollwertige Psychologische Ausbildung, sondern um eine Ausbildung in den Prinzipien ayurvedischer psychosomatischer Arbeit.

Als Ergänzung zu anderen Ausbildungen, wie zum Beispiel der Spirituellen Lebensberater Ausbildung oder für Ayurveda Gesundheitsberater und ähnliche Berufe sinnvoll.

Ca. 81 Unterrichtseinheiten.

Zertifikat: "Psychologischer Ayurveda Berater (BYVG)".

· Nepal Lodh: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**22.10.2017-29.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12143

## Autogenes Training Aufbaukurs - Mittel- und Oberstufe

Körper und Geist

**AT-Mittelstufe und Oberstufe bieten den AT-Übenden nach der Beherrschung der Grundstufe die Möglichkeit, tiefer an persönlichen Fragestellungen und zu arbeiten. Du lernst insbesondere: Mit deinen Teilnehmern individuelle Formeln zu verschiedenen Bereichen erarbeiten. Formelhafte Vorsatzbildungen u.a. zu Organfunktion, Charakterbildung, Grundgefühlen, Verhaltensweisen (z.B. Rauchen) und Ängsten. Teilnahmevoraussetzung: AT-Kursleiter Ausbildung oder vergleichbare Kenntnis der AT-Grundstufe.**

In diesem Aufbau-Seminar lernst du den Aufbau der AT-Mittelstufe und der Oberstufe kennen.

Die Mittel- und Oberstufe bieten den AT-Übenden nach der Beherrschung der Grundstufe die Möglichkeit, tiefer an persönlichen Fragestellungen und Problemen sowie an der Persönlichkeitsentwicklung zu arbeiten.

In diesem Seminar lernst du die Möglichkeiten der Mittel- und Oberstufe kennen, insbesondere, wie du mit deinen Teilnehmern individuelle Formeln zu verschiedenen Bereichen erarbeiten kannst. Formelhafte Vorsatzbildungen können zu Organfunktion, Charakterbildung, Grundgefühlen, Verhaltensweisen (z.B. Rauchen völlig gleichgültig) und Ängsten gebildet werden. Teilnahmevoraussetzung: AT-Kursleiter Ausbildung oder vergleichbare Kenntnis mit der AT-Grundstufe.

· Michael Büchel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12054

## Autogenes Training Kursleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne Menschen in Kursen und Seminaren mit dem Autogenen Training in die Entspannung zu führen. Beschreibung s.S. xx.**

In der Autogenes Training Kursleiter Ausbildung lernst du Kurse in Entspannung zu konzipieren und Teilnehmer im Autogenen Training anzuleiten.

Autogenes Training nach J.H. Schultz ist eine Tiefenentspannungstechnik, mit deren Hilfe der regelmäßig Übende neben einer höheren Stresstoleranz eine Verbesserung seiner allgemeinen Lebensqualität erreichen kann.

Menschen, die Autogenes Training beherrschen, gehen mit schwierigen, belastenden Situationen gelassener um. Autogenes Training aktiviert die Selbstheilungskräfte und steigert das Wohlbefinden. Autogenes Training wirkt sich wissenschaftlich bewiesen positiv aus bei Schlafproblemen, Allergien, Herz-Kreislaufkrankungen und psychosomatisch bedingten Krankheiten.

Ziel dieser Ausbildung ist, dir Autogenes Training vertraut zu machen und dir das notwendige praktische und theoretische Wissen für die erfolgreiche Durchführung von eigenen Autogenen Training Seminaren im Bereich der Stress-Prophylaxe zu vermitteln. Die Ausbildung zum Autogenen Trainer zielt nicht auf therapeutisch-ärztliche Praxistätigkeit ab.

Autogenes Training kannst du z.B. anbieten in:

- Volkshochschulen, Schulen, Vereinen
- bei Krankenkassen
- Yoga Zentren
- Unternehmen
- Hotels, Gesundheits- und Wellness Zentren
- Seminaren oder Ausbildungen

Themen der Autogenes Training Kursleiter Ausbildung:

- Intensives Erarbeiten und Erlernen der sechs Grundübungen des Autogenen Training
- Ruhetönung
- Formelhafte Vorsätze beim Autogenen Training
- Praktische und theoretische Umsetzung in Kleingruppen
- Stresspsychologie, Stressphysiologie
- Geistige Einstellung und Stress
- Wie führe ich selbst Autogenes Training Seminare erfolgreich durch
- Organisation und Didaktik des Autogenen Training

Teilnahmevoraussetzungen für die Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga und einer Entspannungstechnik, z. B. Autogenes Training, progressive Muskelentspannung oder Meditation. Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Arbeit ab.

Zertifikat für die Ausbildung: Kursleiter/in Autogenes Training BYVG. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Diese Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Psychologische Yogatherapie geeignet.

· Michael Büchel: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11732

· Michael Büchel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12048

· Michael Büchel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12126

## Ayur Yoga Ausbildung

## Körper und Geist

**Ayur-Yoga integriert Ayurveda und Yoga mit dem Ziel, den Menschen wieder in sein ursprüngliches Gleichgewicht zu bringen. Du erlangst Wissen über die Doshas (Bio-Energien) und ihre Beziehung zu den Asanas, zu Pranayama und Meditation. Für Yogalehrer und Ayurveda Gesundheitsberater sehr empfehlenswert.**

Lerne wie du Ayurveda und Hatha Yoga miteinander zu Ayur Yoga verbinden kannst. Ayur Yoga integriert Ayurveda und Yoga mit dem Ziel, den Menschen wieder in sein ursprüngliches Gleichgewicht im Einklang mit seiner inneren und der äußeren Natur zu bringen. Ayur Yoga hilft, diesen harmonischen Zustand dauerhaft aufrecht zu erhalten.

In dieser Ausbildung erhältst du ein richtiges Verständnis der Doshas (Bio-Energien im Ayurveda) und ihrer Beziehung zu den Yoga Asanas, zu Pranayama und Meditation.

Inhalte der Ayur Yoga Ausbildung:

- Welche Yoga Übungen sind für welches Ayurveda Dosha besonders gut, welche sind wie abzuwandeln?
- Wie setze ich spezifische Asanas, Pranayama und Meditationstechniken zur Harmonisierung der Doshas ein?
- Wie passe ich die klassische Yoga Vidya Reihe an die Bedürfnisse der Teilnehmer an?

Du entwickelst in dieser Ayur Yoga Ausbildung eine neue, geschärfte Wahrnehmung und Bewusstheit für die Qualität der Yoga Asanas, der Atmung und der Bewegungsabläufe und -muster im Alltag. Das in dieser Ayur Yoga Ausbildung gelernte neue achtsame Gewahrsein kannst du wunderbar in deinen Yoga Unterricht wie auch deine Ayurveda Beratungspraxis einfließen lassen.

Diese Ausbildung eignet sich besonders, wenn du:

- Kurse für bestimmte Zielgruppen oder Einzelberatungen zu Ayur Yoga anbieten willst
- dein Leben ganzheitlich und gesund leben willst
- die Synergien von Yoga und Ayurveda optimal für deinen eigenen spirituellen Fortschritt nutzen und sie auch anderen raten und vermitteln willst
- Mehr über die Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Yoga und Ayurveda erfahren willst

Der Tagesablauf der Ayur Yoga Ausbildung folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf.

Teilnahmevoraussetzungen für die Ayur Yoga Ausbildung ist die Yoga Lehrer- oder Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung. Die Ayur Yoga Ausbildung ist auch als Yoga Lehrer und Ayurveda Weiterbildung geeignet.

Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Zertifikat der Ausbildung: Ayur Yoga Lehrer/in (BYVG).

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11923

· Hridaya Loosli: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12129

## Ayurveda Ausbildung Vorbereitungs-Seminar

Körper und Geist

**Einführung in Theorie und Praxis: Ayurveda Gesundheitslehre, Dosha-Lehre, Ayurveda Massage, Anwendungen und Therapien. Information und Beratung über die verschiedenen Ayurveda Ausbildungen bei Yoga Vidya.**

Einführung ins Ayurveda in Theorie und Praxis: Ayurveda Gesundheitslehre, Dosha-Lehre, Ayurveda Massage, Ayurveda Anwendungen und Therapien. Information und Beratung über die verschiedenen Ayurveda Ausbildungen bei Yoga Vidya. Nimm dieses Wochenende in Kombination mit dem Ayurveda Wohlfühl-Plus-Paket. So kannst du ein paar besonders wohltuende praktische Ayurveda-Anwendungen als Abrundung deines Wochenendseminars erleben und genießen: Kleine Konsultation, Abhyanga, Shirodhara, Mukhabhyanga und Svedana am Sonntagnachmittag, inklusive einer weiteren Übernachtung. Aufpreis: MZ 162 €, DZ 176 €, EZ 189 €, S/Z 152 €. Bitte bei Buchung angeben.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11722

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11860

## Ayurveda Beauty, Wellness und Kosmetik Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne ayurvedische Schönheits- und Wellnessbehandlungen professionell durchzuführen. Dir werden Grundlagen des Ayurveda, der ganzheitlichen ayurvedischen Schönheitspflege und Kosmetik und vieles mehr vermittelt.**

Du bekommst Grundlagen des Ayurveda und der ganzheitlichen Schönheitspflege und Ayurveda Kosmetik in dieser Ayurveda Ausbildung vermittelt. Du lernst die Mukabhyanga - die ayurvedische Kopf- und Gesichtsmassage, stellst Ubatanas und Masken nach indischen Ayurveda Rezepturen her. Diese Ayurveda Ausbildung ist für dich geeignet, wenn du:

- selbständig im Wellness- und Schönheitsbereich tätig bist oder werden willst
- schon Gesundheitsberater/in, Dozent/in bist
- oder zum Beispiel Kosmetikerin bist, in der Fußpflege oder im Sonnenstudio arbeitest

Einsatzmöglichkeiten nach der Ayurveda Ausbildung:

- im eigenen Wellness - oder Kosmetikstudio
- in Wellness Hotels, Fitnesscentern, Kurkliniken, Sauna mit Wellness Bereich
- als Kurs für interessierte Kosmetiker/innen

Lehrinhalte der Ayurveda Ausbildung:

- Grundlagen des Ayurveda: Tri Dosha, Agni, Ama
- Ayurveda Konstitutionstest mit persönlicher Auswertung
- Ayurvedische Gesichtsmassage
- fachgerechte Auswahl der Ayurveda Öle
- Aroma- und Farbtherapie
- Saundarya - ayurvedische Schönheitspflege
- Hautanalyse, Hauterkrankungen, Hautpflege
- Herstellung und Anwendung von Ubatanas und Frischfruchtmasken
- Rezepturen für Kräuter- und Schönheitsbäder
- Empfehlungen zur Haarpflege
- die Anwendungen der Kräuter

- Erlernen der Mukabhyanga unter Berücksichtigung der Marmapunkte
- Ablauf einer Ayurveda Beauty- und Wellness Behandlung
- effektive und ganzheitliche Schönheitsempfehlungen
- Wellness: Wirksame Empfehlungen im Wellness Bereich, Einsatz von Farben, Musik, Duft
- der individuelle Umgang mit dem Kunden/der Kundin

Die Ausbildung umfasst ca. 81 Unterrichtseinheiten. Mit Zertifikat.

Bitte für die Ayurveda Ausbildung mitbringen: Warme Socken, bequeme Kleidung, 2 Handtücher, 1 Kompressentuch.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11919

## Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung

Körper und Geist

**Als Ayurveda Ernährungsberater/in kannst du individuelle Ernährungspläne erstellen, Ernährungsberatung, Konsultationen, Workshops und Kochkurse anbieten. Siehe S. xx.**

Dich und andere gesund zu ernähren ist Ziel dieser Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung.  
Der Ernährung wird im Ayurveda eine hohe Bedeutung beigemessen. Sie ist Teil jeder Therapie.

In der Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung lernst du, die individuelle Ernährungs-, Lebens- und Gesundheitssituation zu erfassen und auf das jeweilige Dosha (Bio-Energie im Ayurveda) abzustimmen. So kannst du Menschen darin beraten, ein für sie stimmiges Ernährungskonzept zu entwickeln und dieses auch praktisch umzusetzen.

In dieser Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung kannst du lernen, individuelle Ernährungspläne für dich und deine Familie zu erstellen und Ernährungsberatungen/Konsultationen durchzuführen.

In dieser Ausbildung lernst du, Workshops und Kochkurse anzubieten und natürliche, gesunde Kost zu kochen und zuzubereiten.

Themen der Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung:

- Grundlagen der Ayurveda Lehre in Bezug auf Verdauung (Agni und Ama)
- kurze Beschreibung der Ayurveda Anatomie
- Dosha Bestimmung
- Grundlagen der westlichen Ernährungslehre
- Traditionelle Ayurveda Ernährungslehre - moderne Formen der Ernährung wie vegane Ernährung und Rohkost - Heilwirkung von Speisen und Gewürzen
- Erstellen eines Ernährungsplans je nach Doshatyp
- Ayurveda Fastenlehre, Heil- und Reinigungsdiäten
- Beratung und Gesprächsführung mit den Klienten

Teilnahmevoraussetzung für die Ausbildung: Grundkenntnisse in Ayurveda, Yoga und Meditation hilfreich. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Zertifikat/Abschluss: Bei erfolgreichem vollständigem Besuch der Ayurveda Ernährungsberater Ausbildung erhältst du das Zertifikat „Ayurveda Ernährungsberater /in (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Michaela Schwidder: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**21.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11899

· Janavallabha Das Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12179

## Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung Intensivkurs

Körper und Geist

### Ganzheitliche Ausbildung in allen Aspekten des Ayurveda in Theorie und Praxis.

Du möchtest dir einen Überblick über Ayurveda und die indische Medizin verschaffen?

Die Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung ist ideal dafür. Die Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung dauert 4 Wochen, auch 2x2 Wochen oder 4x1 Woche möglich. Nach der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung kannst du anbieten:

- Ayurveda Anwendungen, Beratungen, Ayurveda Massagen
- Ayurveda Gesundheitsberatung
- Ayurveda Ernährungsberatung
- Ayuryoga und Yogatherapeutische Beratung, Ayurveda Einführungskurse/-seminare
- du kannst Ayurveda in selbständiger Praxis anwenden oder mit Ärzten, Heilpraktikern usw. zusammenarbeiten

Inhalte der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung:

In der ersten Woche der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung lernst du neben den theoretischen Grundlagen des Ayurveda auch die klassische Ölmassage (Abhyanga) kennen. Im Yoga Teil erlernst du die Grundlagen der gesundheitsorientierten Yoga Praxis. In der zweiten Woche der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung befassen wir uns mit dem feinstofflichen Körper. Die entsprechenden Yoga Übungen werden vermittelt. Ein weiterer Schwerpunkt in diesem Teil der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung ist ein Ansatz zur ganzheitlichen Gesundheitsprävention. Die Ayurveda Massagetechniken der ersten Woche werden vertieft. In der dritten Woche der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung lernst du die Nahrung entsprechend den Konstitutionen abzustimmen (Ernährungsberatung) und zuzubereiten (praktischer Kochkurs). Einzelne Ayurveda Therapietechniken werden erörtert. Wir besprechen die wichtigsten Heilkräuter und lernen den ayurvedischen Ansatz von Yoga (Ayuryoga) kennen. Die vierte Woche der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung ist eine Praxis-Intensivwoche, in der du Erfahrungen mit verschiedenen Arten der Ayurveda Therapie machst. Du bekommst eine Einführung in die ayurvedische Wohnraumgestaltung (Vastu) und vedische Astrologie.

Ablauf und Themen der Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung:

1. Woche

- Philosophische Grundlagen, Literatur und Geschichte, Anatomie und Physiologie: Doshas, Dhatus, Malas, Agni, Ama, Körperkanäle, Bauchmassage
- Psychopathologische Faktoren
- Feinstofflicher Körper: Marmas, Energiezentren und Nadis, Chakraheilen, Nadimassage
- Praxis: traditionelle Ölmassage (Abhyanga), Einzelmassage, Grundlagen gesundheitsorientierter Yoga Techniken anhand der Yoga Vidya Grundreihe

2. Woche

- Physiologische + Psychologische Konstitutionslehre
- Diagnostik + Anamnese (klinische Untersuchung)
- Krankheitsursachen und -verlauf
- Ayurvedische Tagesroutine
- Ernährungsgrundlagen, Massagevertiefung, Synchronmassage. Yoga Stunden in Verbindung mit dem feinstofflichen Körper und mit Affirmationen

3. Woche

- Gesundheitskunde
- Ernährungsberatung
- Ayurvedisches Kochen
- Ayurvedische Therapien, Theorie
- Praxis: verschiedene Therapieanwendungen (Basti, Aksitarpana)
- Ganzheitliche Gesundheitsberatung
- Heilmittelkunde- Dravyaguna (wichtige Ayurvedische Heilmittel, Farben, Edelsteine, Mantras, Heilen)
- Panchakarma
- Shirodhara (Kopfguss) und ergänzende Massagetechniken
- Ayurvedisches Yoga

4. Woche

- Verschiedene Ayurveda Anwendungen: (Nasya, Pindasweda, Urdvatana)
- Praktische Gesundheitsberatung
- Vastu und vedische Astrologie
- Ayurvedisches Yoga und yogatherapeutische Grundlagen

Die Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung umfasst ca. 350 Unterrichtseinheiten und schließt mit einer schriftlichen und ggf. mündlichen Prüfung.

Zertifikat "Ayurveda Gesundheitsberater/in (BYVG)".

Bitte für die Ayurveda Ausbildung mitbringen:

Thermoskanne, ausreichend Wäsche (da viel mit Öl gearbeitet wird), ältere Unterhosen (für Abhyanga-Massage), Wollmütze/Kopfbedeckung (für bestimmte Anwendungen), 3 große Badetücher, Bademantel, 1 Bettlaken (kein Spannbettlaken), Wecker, Notizbuch, 3-teilige Bettwäsche(kann auch gegen Gebühr von 5 € ausgeliehen werden), Hausschuhe, persönliche Sachen.

Empfohlenes Buch für die Ayurveda Ausbildung: "Praxishandbuch Ayurveda" von Hans-Heinrich Rhyner, Urania-Verlag, ISBN 3-908645-59-X, 25,50 € (beim Yoga Vidya Versand zu bestellen o. vor Ort zu erwerben o. im Buchhandel). Die Ayurveda Gesundheitsberater Ausbildung ist anerkannt als berufliche Weiterbildung in Kooperation mit der Akademie der Kulturen NRW.

An-/Abreise, Kursbeginn, Tagesablauf:

Am Anreisetag: 16h Yogastunde möglich, 17.30h Abendessen, 19h Kursbeginn. Täglich Meditation 7h und 20h ist verpflichtend. Abendvortrag ca. 21-22h zu einem Yoga- oder allgemein spirituellen Thema freiwillig, alternativ Studienzzeit. Freier Tag (ca.9-20h): Samstag oder Sonntag, Sonntag teilweise auch Studientag.

Es ist nicht möglich, später anzureisen oder früher abzureisen oder einen Tag zu verpassen.

Teilnahmebedingungen für die Ausbildung:

Die Ayurveda Ausbildung ist intensiv und verlangt Disziplin. Teilnahme an allen Kursen, Vorträgen und Workshops ist Pflicht. Fleisch, Fisch, Eier, Tabak, Alkohol sind während der Ausbildung nicht erlaubt. Bei Nichtbeachten der Teilnahmebedingungen kann der Teilnehmer vom Kurs ausgeschlossen werden. In diesem Fall, sowie auch bei vorzeitigem Abbruch der Ausbildung, besteht kein Anspruch auf Rückerstattung. Bei vorhandenen Krankheiten bitte vorher mit den Kursleitern sprechen.

· Janavallabha Das Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.03.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 350 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 2142€, MZ: 2492€, DZ: 2931€, EZ: 3388€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11804

· Janavallabha Das Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.09.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 350 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 2142€, MZ: 2492€, DZ: 2931€, EZ: 3388€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12102

## Ayurveda Koch Ausbildung

Körper und Geist

**Erlerne die Grundprinzipien der ayurvedischen Küche in Theorie und Praxis. Geeignet sowohl für Hobbyköche als auch für professionelle Köche, die ayurvedische Gerichte anbieten wollen.**

Steige ein in die Ayurveda Koch Ausbildung und somit in die Geheimnisse und Grundprinzipien der Ayurveda Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Koch Workshops findet diese Ausbildung unter der fachkundigen und liebevollen Anleitung von Leela Mata statt. Sie schöpft aus einem großen Erfahrungsschatz und weih dich in dieser Ayurveda Koch Ausbildung in Feinheiten ein, die du nicht so leicht in Ayurveda- oder Kochbüchern findest.

Im theoretischen Teil der Ayurveda Koch Ausbildung lernst du unter anderem:

- Die Bedeutung der Geschmacksrichtungen im Ayurveda
- Die energetischen Wirkungen der verschiedenen Nahrungsmittel und Zubereitungsformen beim Kochen
- Die Wirkungen auf die jeweiligen Doshas (Konstitution, Bioenergien)

- Die Wirkung von Nahrungsmitteln und ihrer Zubereitung auf Körper und Geist
  - Die sinnvollste Zusammenstellung von Menüs entsprechend der Konstitution (Doshas)
- Ferner lernst du in dieser Ayurveda Koch Ausbildung, Gerichte zu kochen und zusammenzustellen, dass sie harmonisierend und ausgleichend wirken.

Während der Ayurveda Koch Ausbildung kochen wir unter anderem:

- Dhal
- Khicheri
- Gemüse
- Chapati
- Roties
- Puris
- Chutneys
- Curries
- Reisgerichte wie Pulao, Safranreis, einfacher indischer Reis
- Raitas
- Desserts wie Halwa, Khir, Shiri und Laddhu
- Ayurveda Diätgerichte
- Ayurveda Tee
- Takrana
- und spontane Überraschungsgerichte!

Während der Ayurveda Koch Ausbildung erfährst du, was sich hinter all diesen exotischen Gerichten verbirgt. Und da wir sie anschließend gemeinsam genießen, weißt du dann auch genau, wie lecker sie schmecken.

Die Ayurveda Koch Ausbildung richtet sich in erster Linie an Ayurveda Gesundheitsberater, die Ayurveda Ernährungsberatung oder Ayurveda Koch Workshops anbieten möchten. Die Ayurveda Koch Ausbildung eignet sich auch für „Hobbyköche“ und professionelle Köche, die Ayurveda Gerichte in ihre Angebotspalette mit aufnehmen wollen.

Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung im Kochen.  
Ca. 81 Unterrichtseinheiten.

Zertifikat: "Ayurveda Koch/Köchin (BYVG)".

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11932

**Kompaktausbildung in praktischen Grundlagen des Ayurveda, für Gesunderhaltung, Ernährung, Lebensweise. Besonders gedacht für Ayurveda Masseure, Yogalehrer, Gruppenleiter und andere Interessierte, die ganzheitlich beraten und begleiten wollen.**

Fragst du dich, wie man Lebenslust und Lebensfreude steigern, die Selbstheilungskräfte und das Immunsystem stärken kann? In der Ayurveda Lebensberater Ausbildung lernst du Methoden aus der Schatzkiste des Ayurveda kennen. Diese intensive Ayurveda Lebensberater Ausbildung ist speziell konzipiert für Menschen, die in heilenden, beratenden und anwendenden Berufen tätig sind.

Die Ayurveda Lebensberater Ausbildung umfasst drei Schwerpunkte:

1. Philosophische und theoretische Grundlagen des Ayurveda, Wirkungsweisen des ganzheitlichen Gesundheitssystems des Ayurveda
2. Viele praktische Anleitungen zur Gesunderhaltung und Ernährung
3. Persönlichkeitsentwicklung und Hilfestellung für deine Arbeit mit Menschen

Die Ayurveda Lebensberater Ausbildung ist besonders für dich geeignet wenn du Ayurveda Masseur/in, Yogalehrer/in, Gruppenleiter/in, Gesundheitsberater/in bist zur Erweiterung und Vertiefung deines beruflichen Spektrums. Du lernst in der Ausbildung, Menschen zu beraten, wie sie mit Techniken aus dem Ayurveda und Yoga ihr Leben bereichern und ihre körperliche und geistige Gesundheit fördern können.

Themen der Ayurveda Lebensberater Ausbildung:

- Ayurveda Konstitutionslehre
- Ayurveda Lebensberatung bezogen auf geistige und körperliche Merkmale
- Konstitutionsgerechte Lebensweise
- Ayurvedische Ernährung im Alltag
- Kochworkshop: Zubereitung ayurvedischer Gerichte
- Gewürz- und Kräuterheilkunde
- Reinigungstechniken
- Individuelle Fasten- und Entschlackungskuren
- Atem- und Meditationstechniken, Entspannungsübungen
- Heilsteine, Symbole und Farben
- Psychologie des Ayurveda
- Heilung durch Gedankenkraft und Ausrichtung des Geistes
- Motivationstraining
- Ausstrahlung und persönliche Erscheinung für Lebensberater
- Erkennen und Umsetzen von Zielen und Visionen
- die innere Intelligenz erwecken
- Lebensmanagement und Selbstorganisation

Teilnahmevoraussetzungen für die Ayurveda Lebensberater Ausbildung: Gute Grundkenntnisse des Ayurveda. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität. Die Ayurveda Lebensberater Ausbildung ist auch als Ayurveda Weiterbildung geeignet.

Prüfung: Kurze Abschlussarbeit.

Zertifikat: „Ayurveda Lebensberater/in (BYVG)“ des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten (BYVG). Ca. 81

Unterrichtseinheiten.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12038

## Ayurveda Marma Therapie Ausbildung

Körper und Geist

**Unter der erfahrenen kompetenten Anleitung eines indischen Ayurveda Arztes lernst du, wie über die Marmas das Prana gesteuert werden kann, um Blockaden zu lösen und den Energiefluss zu stimulieren.**

Marmas sind die Meridian-Punkte im Ayurveda, die Organen, Nerven und anderen Systemen des Körpers entsprechen. Unter der erfahrenen kompetenten Anleitung eines indischen Ayurveda Arztes lernst du in dieser Marma Therapie Ausbildung eine Vielfalt von Methoden, wie über die Marmas das Prana (Lebensenergie ) gesteuert werden kann, um Blockaden zu entfernen und den Energiefluss zu stimulieren.

Als Ayurveda Berater/in oder Therapeut kannst du hier deine Kenntnisse des Ayurveda vertiefen und die faszinierende Welt und Heilkraft der Marmas erschließen. Besonders geeignet auch für Osteopathen, Physiotherapeuten und ähnliche Gesundheitsberufe zur Ergänzung und Erweiterung ihrer Behandlungsmethoden.

Themen/Inhalte der Ayurveda Marma Therapie Ausbildung:

- Einführung in die Marma-Therapie
- Geschichte der Marma-Therapie
- Marma und Chakra
- Marma und die Konstitutionen
- Marma und Pulsdiagnose
- Marma und Zungendiagnose
- Arten von Marma-Therapie-Behandlung, u.a. Abhyanga (Massage), Mardana (Akupressur), Aromatherapie, Prana-Heilung, Kräuter (Iepa), Marma punktieren, Agni Karma
- Psychologische Aspekte der Marma-Therapie
- Meridiansysteme der Marma-Therapie
- Marma: Lage und Identifikation
- Marma und Störungen
- Marma und Ayurveda-Öle
- Marma Meditation

Teilnahmevoraussetzungen der Ayurveda Marma Therapie Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga und Ayurveda hilfreich. Gesundheitsberuf hilfreich, aber nicht Bedingung. Bitte beachte auch die gesetzlichen Vorschriften für die Ausübung der Heilkunde in Deutschland (s. Teilnahmebedingungen)

Prüfung/Zertifikat: „Ayurveda Marma Therapie (BYVG)“, 80 Unterrichtseinheiten

· Dr. Devendra Prasad Mishra: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11901

## Ayurveda Massage Ausbildung

Körper und Geist

### Fundierte, gründliche Ausbildung in Abhyanga, der traditionellen ayurvedischen Ganzkörper-Massage. Beschreibung s.S. xx.

Lerne in dieser Ayurveda Ausbildung die Abhyanga Massage kennen und anzuwenden. Abhyanga, die traditionelle Ayurveda Ganzkörper Massage, verbindet auf harmonisch fließende Weise mehrere therapeutische Techniken, die der Heilung und Gesunderhaltung des Körpers dienen.

Für die Abhyanga Massage werden in dieser Ayurveda Ausbildung traditionell hergestellte hochwirksame medizinische Ölzubereitungen verwendet. Die Abhyanga Massage bewirkt die Lockerung, Stimulanz, Entspannung und Regulation der Haut, Muskulatur, Gelenke und des Nervengewebes.

In dieser Ausbildung lernst du gezielte, gleichmäßige Streichungen, die das Lymphsystem aktivieren und die Entgiftung des Körpers fördern, kennen. Du erwirbst in dieser Ayurveda Massage Ausbildung Kenntnisse über spezielle Griffe, die auf tiefer liegende Organe und Gewebsschichten wirken, wie z.B. Darm, Lungen und Rückenmark. Die Haut gewinnt durch regelmäßige Ölanwendung schnell ihre Jugendlichkeit und Elastizität zurück. Die Ayurveda Massage wirkt sich positiv auf das allgemeine Wohlbefinden und die Psyche aus. Inneres Gleichgewicht, Gesundheit und Zufriedenheit können einkehren.

Du studierst in dieser Ayurveda Massage Ausbildung, wie die Abhyanga Massage mit ihren verschiedenen Formen den Körper auf der feinstofflichen Ebene anspricht.

In der Ausbildung werden auch die Marma Punkte berücksichtigt. Die Berührung dieser Punkte erschafft die Einheit von Körper und Höherem Bewusstsein und setzt somit die Informationen zur Selbstheilung frei.

Inhalte und Themen der Ayurveda Massage Ausbildung:

- Grundlagen des Ayurveda: Tri-Dosha-Lehre, Ayurveda Ernährungsempfehlungen (Ahara), ayurvedische Lebensweise (Dinacharya), Einführung in verschiedene Reinigungsmethoden aus dem Ayurveda
- Abhyanga Massage Technik in Theorie und Praxis
- Einzel- und synchrone Ganzkörper Massage
- Grundkenntnisse in Anatomie
- Auswahl der passenden Öle für die Abhyanga Massage
- Vorbereitung der Arbeitsumgebung
- der individuelle Umgang mit dem Kunden
- Schulung der Wahrnehmung und Sensibilität
- Aspekte der feinstofflichen Arbeit am Körper, wie Prana, Energiekörper, innere Intelligenz und Natürlichkeit

Teilnahmebedingungen für die Ausbildung: Grundkenntnisse in Ayurveda, Yoga und Meditation erforderlich. Diese Ausbildung ist auch als Ayurveda Weiterbildung für bereits ausgebildete Ayurveda Gesundheitsberater oder Ayurveda Therapeuten geeignet.

Zertifikat der Ayurveda Massage Ausbildung: Ayurveda Masseur/in (BYVG) des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten. Ca. 168 Unterrichtseinheiten.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.01.2017-03.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11740

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.07.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12006

## Ayurveda Meditationstechniken

Körper und Geist

**Meditation ist die höchste aller Yoga Praktiken. Meditation ist mehr als nur Schließen der Augen und ruhiges Sitzen: Sie bedingt Harmonie in Körper, Geist, Sinnen und Prana (Lebensenergie). Du lernst: Meditationstechniken für bestimmte Doshas, Kräuter, Ernährung und Lebensstil für mehr Sattwa und Tiefe mit vielen praktischen hochwirksamen speziellen Meditationstechniken angeleitet von Leela Mata.**

Meditation ist die höchste aller Yoga Praktiken. Meditation ist mehr als nur Schließen der Augen und ruhiges Sitzen: Sie bedingt Harmonie in Körper, Geist, Sinnen und Prana (Lebensenergie). Du lernst: Vorbereitungen und Hilfen für die Meditation - Mantra, Yantra und Ritual - Meditationstechniken für bestimmte Doshas (Grundenergien) - Kräuter, Ernährung und Lebensstil für mehr Sattwa und Tiefe der Meditation - viele praktische hochwirksame spezielle Meditationstechniken angeleitet von Leela Mata.

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.07.2017-19.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 216€, MZ: 255€, DZ: 302€, EZ: 351€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11984

## Ayurveda Medizin Ausbildung Grundkurs

Körper und Geist

**Kompakte Grundausbildung in ayurvedischer Medizin, unter der fachkundigen Anleitung eines traditionellen indischen Ayurveda-Arzt. Theorie und praktische Anwendungen.**

Hier hast du die einmalige Gelegenheit, dir Wissen über die 5000 Jahre alte Ayurveda Medizin anzueignen. Die zweiteilige Ayurveda Medizin Ausbildung wird von einem fachkundigen indischen Ayurveda Arzt angeleitet. Diese intensive 9-tägige Ausbildung kann durch den Ayurveda Medizin Ausbildung Aufbaukurs vertieft werden. Geeignet für Heilpraktiker, Ärzte, Therapeuten, Ernährungsberater, Krankengymnasten, Masseur, Yoga Lehrer, aber auch für interessierte Laien. Nach Abschluss der Ayurveda Medizin Ausbildung kannst du zum Beispiel Ayurveda Konsultationen oder Ernährungsberatungen anbieten.

Themen der Ayurveda Medizin Ausbildung:

- Veda und Ayurveda
- Philosophischer Hintergrund
- Leben nach vedischen Grundsätzen
- Prakriti und Purusha
- Was ist Ayurveda?
- Die derzeitige Situation des Ayurveda in Indien
- Die Zukunft des Ayurveda in der westlichen Welt
- Anatomie, Physiologie, Pathologie
- das ayurvedische Verständnis von Körper, Geist und Seele
- Körper: Bestimmung von physiologischen Faktoren (Tridosha), Geweben und Ausscheidungsprodukten (Dhatus + Malas), das biologische Feuer (Agni), Schlackenstoffe und Toxine im Körper (Ama)
- Geist: Antarkarana, Dhriti (Gedächtnis), Smriti (Erinnerung), Prana (Lebensenergie)
- Kosmische Seele
- Vorbeugende Medizin
- Tagesroutine
- Jahreszeiten-Routine
- Persönlichkeitsentwicklung
- Ernährung - ayurvedisches Ernährungskonzept
- Wirkung von Gewürzen
- Unverträgliche Nahrungsmittelkombinationen
- Regeln der richtigen Nahrungsaufnahme
- Richtige Ernährung für Vata, Pitta, Kapha und Mischtypen
- Erstellung eines Ernährungsplans für die verschiedenen Konstitutions- und Krankheitstypen

Praxisteil der Ausbildung: du erlernst die verschiedenen traditionellen Ayurveda Massagetechniken, zum Beispiel: Abhyanga, Sirodhara, Kaya seka, Pinda sweda.

Zertifikat/Abschluss der Ayurveda Ausbildung:

schriftliche und praktische Prüfung. Abschluss mit indischem Festessen, feierliche Zertifikatsübergabe, Abschlusszeremonie.

Zertifikat "Ayurvedische Medizin Ausbildung Grundkurs (BYVG)" des Berufsverbands der Ayurveda Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten. Ca. 80 Unterrichtseinheiten.

Teilnahmevoraussetzungen für die Ayurveda Ausbildung: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Die Ausbildung berechtigt nicht zur Ausübung der Heilkunde in Deutschland, wenn man diese Zulassung durch die zuständigen staatlichen rechtlichen Organe noch nicht besitzt, also nicht Arzt oder Heilpraktiker ist. - Wenn du dir einfach ein fundiertes Grundlagenwissen über Ayurveda aneignen willst, kannst du mit Teil 1 abschließen. Wenn du dich weiter spezialisieren und dein Wissen vertiefen willst, kannst du anschließend den Aufbaukurs belegen. Wenn du bereits Ayurveda Gesundheitsberater bist, kannst du direkt in Teil 2 Aufbaukurs einsteigen.

· Dr. Devendra Prasad Mishra: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**28.05.2017-04.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 591€, MZ: 678€, DZ: 789€, EZ: 903€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11913

## Ayurveda Rücken-Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst gezielte ayurvedische Massnahmen zur Prävention und Besserung bei Rückenbeschwerden. Beschreibung s.S. xx.**

Eine Ayurveda Ausbildung, in der du erfährst und übst, wie man richtig den Rücken massiert. Du lernst in dieser Ayurveda Ausbildung gezielte ayurvedische Maßnahmen zur Prävention und Besserung bei Rückenbeschwerden, insbesondere:

- Rücken Massage (Prishta Mardana) für Muskulatur, Nerven und Bindegewebe
- Marmapunkt Massage zur Lösung von Verspannungen am Rücken
- Kundalini-Massage
- Upanasveda (Kräuterauflagen)
- Anatomie Rücken
- Ernährung, Lebensweise, Körperhaltung

Rückenschmerzen sind in der heutigen Zeit stark verbreitet. Ayurveda kann durch tiefgreifende Behandlung eine Verbesserung erzielen und zeigt verschiedene präventive Maßnahmen auf. Du erfährst in dieser Ausbildung, dass die Rücken Massage (Prishta Mardana) nachhaltige Wirkungen auf die Muskulatur, die Nerven und das Bindegewebe hat. Die integrierte Marmapunkt Behandlung, die du in dieser Ayurveda Ausbildung lernst, löst Schmerzen im Rücken und Verspannungen und bringt die blockierte Lebensenergie wieder frei zum Fließen. Aufbauend auf der Rücken Massage wirkt die Kundalini Massage auf das vegetative Nervensystem. Sie steigert den Pranafluss und befreit aufgestaute Emotionen. Anschließend verstärkt Upanasveda die positiven Effekte der Massage. Die verschiedenen Kräuteröle und Kräuterauflagen (Upana) wirken nährend und stärkend auf das Körpergewebe. Die Schwitzkur (Svedana) wirkt öffnend und reinigend.

Inhalte der Ayurveda Ausbildung:

- Prishta Mardana: Techniken der Rücken Druckmassage
- Upanasveda: Herstellung und Anwendung von Kräuterpackungen und Wärmeauflagen
- Kundalini-Wirbelsäulen Massage
- Spezifische Öl- und Kräuterkunde
- Anatomische Grundkenntnisse, Rücken
- Präventive Maßnahmen wie Ernährung, Lebensweise, Körperhaltung
- Gezielte Yoga- und Entspannungsübungen sowie Umgang mit Stress

Teilnahmevoraussetzung für die Ayurveda Ausbildung: Grundkenntnisse in Massage hilfreich. Die Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Ayurveda Gesundheitsberater und Masseur geeignet.

Abschluss der Ausbildung: Praktische Lehrproben.

Zertifikat: „Ayurveda Rücken Masseur/in (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-17.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11879

## Ayurveda vegan

Körper und Geist

**Diese empfohlene Grundlage zur Ausbildung zum/zur veganen Ernährungsberater/in vermittelt dir zum einen ein fundiertes Basiswissen und lässt dich zum anderen genüsslich in die neue, kreative, rohkostbetonte Ayurvedaküche eintauchen. Superfoods und das Sammeln von Wildkräutern zur Herstellung von Smoothies und Suppen gehören ebenso dazu wie die Kreation ayurvedisch-typgerechter Salate, Soßen, Pesti, Desserts und vielem mehr.**

Diese empfohlene Grundlage zur Ausbildung zum/zur veganen Ernährungsberater/in vermittelt dir zum einen ein fundiertes Basiswissen und lässt dich zum anderen genüsslich in die neue, kreative, rohkostbetonte Ayurvedaküche eintauchen. Superfoods und das Sammeln von Wildkräutern zur Herstellung von Smoothies und Suppen gehören ebenso dazu wie die Kreation ayurvedisch-typgerechter Salate, Soßen, Pesti, Desserts und vielem mehr.

· Radharani Priya Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12188

## Ayurveda Verjüngungs-Berater Ausbildung

Körper und Geist

**Für alle, die Gesundheitskonzepte kennenlernen und sich und andere jung erhalten wollen. Du lernst u.a. Verjüngungstechniken, Kräutermasken, Ayurveda-Anwendungen, Anti-Aging-Mentaltechniken für dich selbst und deine Klienten einzusetzen, Seminare, Gesundheits- und Kosmetikberatungen zu geben.**

Eine tolle Ayurveda Ausbildung für alle, die Ayurveda Gesundheitskonzepte kennenlernen und sich und andere jung erhalten wollen. Wir schauen in dieser Ayurveda Ausbildung tief in die Schatzkiste des Ayurveda und greifen die Dinge heraus, die Ayurveda als Jungbrunnen auszeichnen. Du bekommst ein umfassendes Wissen über den Alterungsprozess und die Werkzeuge, mit denen man sich maximal jung erhalten kann.

Mit dieser Ayurveda Verjüngungs-Berater Ausbildung kannst du:

- Verjüngungstechniken für dich selbst und deine Klienten einsetzen
- Seminare zum Thema Anti Aging und Gesundheit anbieten
- Beratungen im Gesundheits- und Kosmetikbereich geben
- Verjüngungstechniken anwenden

Inhalte der Ayurveda Ausbildung:

- Hintergründe der Gesundheit und des Alterns
- Erstellen gezielter Ernährungskonzepte
- Erstellen gezielter Körperbewegungspläne
- Anti-Aging-Mentaltechniken
- Ayurveda Anwendungen zur Verjüngung
- Verjüngungs-Kräutermasken

Teilnahmevoraussetzung für die Ayurveda Verjüngungs-Berater Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga, Meditation und Ayurveda hilfreich. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung/Zertifikat: Nach Abschluss der Ausbildung erhältst du das Zertifikat „Ayurveda Verjüngungs Berater/in (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Janavallabha Das Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12166

## Ayurveda-Vegan Koch Ausbildung

Körper und Geist

**Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der Ayurveda Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Julia und Kai.**

Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der Ayurveda Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen und liebevollen Anleitung von Julia und Kai. Sie schöpfen aus einem großen Erfahrungsschatz und weihen dich in Feinheiten ein, die du nicht so leicht in Ayurveda- oder Kochbüchern findest.

Im theoretischen Teil der Ayurveda Vegane Koch Ausbildung lernst du unter anderem:

- » Die Bedeutung der Geschmacksrichtungen im Ayurveda
- » Die energetischen Wirkungen der verschiedenen Nahrungsmittel und Zubereitungsformen
- » Die Wirkungen auf die jeweiligen Doshas (Konstitution, Bioenergien)
- » Die Wirkung von Nahrungsmitteln und ihrer Zubereitung auf Körper und Geist.
- » Die sinnvollste Zusammenstellung von Menüs entsprechend der Konstitution (Doshas) - welche Nahrungsmittel und welche Kombinationen sind gut für welches Dosha und in welcher Situation.

Im praktischen Teil bereiten wir zusammen in der Gruppe vegane ayurvedische und indische Gerichte unter Berücksichtigung ayurvedischer Grundsätze zu. Du lernst, Gerichte

- » geschmacklich abzustimmen
- » so zusammenzustellen, dass sie harmonisierend und ausgleichend wirken
- » für die Entfaltung von bestimmten Heilwirkungen zu kreieren

Die Ayurveda Vegane Koch Ausbildung richtet sich in erster Linie an Ayurveda Gesundheitsberater, die Ayurveda Ernährungsberatung oder Ayurveda Koch-Workshops selbst anbieten oder die Ayurveda Küche genauer kennen lernen wollen. Der Kurs eignet sich auch für ‚Hobbyköche‘ und professionelle

Köche, die vegane Ayurveda Gerichte in ihre Angebotspalette mit aufnehmen wollen.

Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung im Kochen. Mit Zertifikat (Ca. 81 Unterrichtseinheiten)

· Kai Treude, Julia Lang: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.10.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12153

## Ayurvedische Marma Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. Durch sanfte kreisförmige Bewegungen auf bestimmte Energiepunkte des Körpers können Giftstoffe entfernt und gebundene Energien sowie blockierte Emotionen freigesetzt werden.**

Lerne in dieser Ayurveda Ausbildung die ayurvedische Marma Massage professionell anzuwenden. In den Marma Punkten, bestimmten Energiepunkten, treffen Bänder, Gefäße, Muskeln, Knochen und Gelenke aufeinander.

In dieser Ayurveda Marma Massage Ausbildung lernst du, wie durch sanfte kreisförmige Bewegungen auf einem Marma Punkt Giftstoffe, gebundene Energien und unterdrückte oder blockierte Emotionen freigesetzt und aus dem Körper entfernt werden.

Du erfährst, wie du die Marma Punkte lokalisieren und so an ihnen arbeiten kannst, dass die Gesundheit in den verschiedenen Organen des Körpers wieder hergestellt oder aufrechterhalten wird.

Zertifikat: Ayurvedische Marma Massage Ausbildung (BYVG). Voraussetzung für das Zertifikat ist die Teilnahme an allen zur Marma Massage Ausbildung gehörenden Programmteilen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yoga Stunden.

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11951

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12104

## Ayuryoga

Körper und Geist

**Erklärung der ayurvedischen Doshas Vata, Pitta und Kapha und ihre Beziehung zu Asanas und Pranayama. Hatha Yoga Stunden mit Anpassung und Erweiterung der Yoga Vidya Reihe an die drei Doshas. Die Synergie von Yoga und Ayurveda optimal nutzen. Geeignet für die eigene Praxis wie auch für neue Impulse für Yoga-Unterrichtende.**

Erklärung der ayurvedischen Doshas Vata, Pitta und Kapha und ihre Beziehung zu Asanas und Pranayama. Hatha Yoga Stunden mit Anpassung und Erweiterung der Yoga Vidya Reihe an die drei Doshas. Die Synergie von Yoga und Ayurveda optimal nutzen.

Geeignet für die eigene Praxis wie auch für neue Impulse für Yoga-Unterrichtende.

· Jeannine Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11728

· Melanie Sagasser: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12055

## Bhagavad Gita

Körper und Geist

**Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Mit Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag.**

Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag: Wie erkenne ich meine Lebensaufgabe? Wie entscheide ich mich? Was ist meine Pflicht? Wie finde ich meine Wesensnatur (Swarupa)? Wie kann ich meiner Wesensnatur folgen? Wie finde ich den Weg zu meinem Herzen?

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11757

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12194

## Bhakti Yoga

Körper und Geist

**Der Yoga der Liebe und Hingabe führt zur Erfahrung des Göttlichen. Das Singen von Mantras und das Ausführen von Ritualen wie Arati, Homa und Puja helfen, sich im Herzen zu öffnen, und die Geschichten aus der hinduistischen Mythologie enthalten große Wahrheiten und sind voller Inspiration.**

Der Yoga der Liebe und Hingabe führt zur Erfahrung des Göttlichen. Das Singen von Mantras und das Ausführen von Ritualen wie Arati, Homa und Puja helfen, sich im Herzen zu öffnen, und die Geschichten aus der hinduistischen Mythologie enthalten große Wahrheiten und sind voller Inspiration.

· Sitaram Kube, Katja Kedenburg: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12212

## Breuss Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Einfach zu erlernende Massagegriffe für den Rücken, die du sofort im beruflichen und privaten Umfeld anwenden kannst. Einführung, Demo und eigene Praxis.**

Die Breuss Massage wurde von dem Österreicher Rudolf Breuss (1899 bis 1990) entwickelt. Die Ausbildung ist sehr praxisorientiert. Du lernst in kurzer Zeit, eine regenerierende Rückenmassage durchzuführen und dabei auf deine eigene gesunde Haltung beim Massieren zu achten. Durch Streichungen, Dehnungen und sanftes Massieren kommen gestaute Energien wieder zum Fließen. Körperliche und seelische Blockaden werden sanft gelöst. Das speziell für diese Massage eingesetzte Johanniskrautöl dringt tief ins Gewebe und unterstützt den Stoffwechsel degenerierter Bandscheiben.

Ausbildungsinhalte der Breuss Massage Ausbildung:

- Einführung in die Grundlagen und Wirkungen
- Erklärung und Demonstration des Massage Ablaufs
- praktische Durchführung der Breuss Massage
- Jede/r Kursteilnehmer/in erhält und gibt eine Behandlung

Da die Griffe an sich einfach zu erlernen sind, kannst du die Breuss Massage danach sofort im beruflichen und/oder privaten Umfeld anwenden.

Du lernst insbesondere:

- lange und tiefe Streich- und Dehneinheiten
- passive Gelenkmobilisation
- tiefe Strukturarbeit an den Muskeln
- Energiearbeit zur Harmonisierung
- Ausrichten des Körpers
- Fehlhaltungen des Körpers beseitigen mit besonderen Techniken
- optimale eigene Körperhaltung während der Massage

Die Breuss Massage wirkt besonders als eine sehr starke regenerierende Anwendung für den Rücken. Dazu tragen mehrere Faktoren bei:

- a) Die dehnenden und streichenden Massagegriffen
  - b) Das verwendete Johanniskrautöl mit seiner spezifischen Wirkung bei Schmerzen, innerer Anspannung und Erschöpfungszuständen und Entzündungen.
  - c) Die Anwendungen auf dem Blasenmeridian, dem Gouverneursgefäß und den Energiepunkten am Rücken lösen Heilungsimpulse aus
- Insofern ist die Breuss Massage ideal für gestresste und erschöpfte Menschen. Und so fühlen sich die Menschen nach der Breuss Massage größer, freier, lockerer, entspannter, harmonisiert und stabilisiert.
- Häufig im Wellnessbereich genutzt, stellt die Dorn-Breuss-Massage eine eigenständige Therapieform dar, wird aber von vielen Therapeuten auch als Ergänzung zur Dorn-Methode genutzt (Dorn-Breuss).

Rudolf Breuss, ein österreichischer Naturheilkundler aus Bludenz, sah - ganz in Übereinstimmung mit der chinesischen Medizin - dass Rückenschmerzen

sehr viel mit Stagnation zu tun haben, und so erfand er diese Massage, die die Energie gleich auf verschiedenen Ebenen wieder zum Fließen bringt und das allgemeine Energieniveau erhöht.

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse in Yoga, Pranayama und Meditation von Vorteil, aber nicht Bedingung. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Zertifikat/Abschluss: Prüfung: Praktische Breuss Massage am Ende der Ausbildung. Bei Bestehen und Teilnahme an allen Ausbildungseinheiten erhältst du das Zertifikat „Breuss Massage“ (BYVG). Ca. 33 Unterrichtseinheiten.

· Eric Vis Dieperink: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**02.04.2017-05.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 33 Uh - € - Zelt: 260€, MZ: 298€, DZ: 344€, EZ: 393€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11822

## Business Yoga - Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E

Körper und Geist

**In diesem Intensivseminar erarbeitest du dir Brücken zwischen Yoga und dem Wirtschaftsleben. Du lernst, Yoga in der betrieblichen Gesundheitsförderung zu platzieren und zu vermarkten. In Rollenspielen übst du, wie du im Kundengespräch überzeugen kannst. In Kleingruppenarbeit passt du außerdem die Yoga Vidya Grundreihe für den Einsatz im Business an.**

Brücken bilden zwischen Yoga und der Business Welt ist heute mehr denn je gefragt. In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du, Business Yoga in der betrieblichen Gesundheitsförderung zu platzieren und zu vermarkten. In Rollenspielen übst du in dieser Yogalehrer Weiterbildung, wie du im Kundengespräch überzeugen kannst. In Kleingruppenarbeit passt du außerdem die Yoga Vidya Grundreihe für den Einsatz im Business an.

Themen dieser Yogalehrer Weiterbildung sind u.a.:

- die Welt des Business und Brücken zum Yoga
- der Business Yogalehrer als Unternehmer
- Business Yoga Praxis
- Anpassung der Yoga Vidya Grundreihe für Business Yoga
- Unterrichtsproben in Kleingruppen.

Pflichtbaustein der Business Yogalehrer Ausbildung.

Teilnahmevoraussetzung für die Yogalehrer Weiterbildung im Business Yoga: Yogalehrerausbildung.

· Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler, Claudia Bauer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11907

## Business Yoga Abschluss Wochenende

Körper und Geist

**Praktische Prüfung mit Lehrprobe, Präsentation deines erarbeiteten Business Yoga Konzepts. Feierlicher Abschluss. Zertifikatsübergabe. 80 €**

Prüfungsgebühr sind im Preis enthalten.

Praktische Prüfung mit Lehrprobe, Präsentation deines erarbeiteten Business Yoga Konzepts. Feierlicher Abschluss. Zertifikatsübergabe. 80 € Prüfungsgebühr sind im Preis enthalten.

· Hans-Peter Bayerl, Dr. Hans Kugler, Claudia Bauer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 229€, MZ: 254€, DZ: 285€, EZ: 318€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12197

## Business Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Einstiegs-/Orientierungsseminar. Hier bekommst du alle nötigen Informationen, um Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Mit hilfreichen Tipps erfahrener Business-Yogalehrer.**

Du bist Yogalehrer und hast Interesse an Business Yoga? Dieses Einstiegsseminar ist wunderbar geeignet, dich mit Business Yoga vertraut zu machen. In dieser Yogalehrer Weiterbildung bekommst du alle nötigen Informationen, um Yoga aktiv in Unternehmen anzubieten. Du erfährst in dieser Yogalehrer Weiterbildung, wie du bei Business Yoga vorgehen musst, wie du die Entscheidungsträger in den Unternehmen erreichst, wie du deinen Yoga Kurs am besten aufbaust und an diese Zielgruppe anpasst. Alle wichtigen Fragen rund um das Thema Business Yoga werden in dieser Weiterbildung behandelt. Außerdem bekommst du hilfreiche Tipps von Yogalehrern, die bereits viel Erfahrung auf dem Gebiet des Business Yoga gesammelt haben.

· Dr. Hans Kugler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11768

· Hans-Peter Bayerl: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11948

· Dr. Hans Kugler: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12052

## Chakra Healing Basisausbildung

Körper und Geist

Praktische Anwendungen für Chakra-Klärung und -Ausgleich mit Theorie zur Chakralehre.

In dieser Chakra Healing Ausbildung erfährst du das Wesentliche über die feinstofflichen Energiezentren, insbesondere die 7 Hauptchakras. Den Chakras sind unterschiedliche universelle Qualitäten des menschlichen Lebens zugeordnet. In dieser Chakra Healing Ausbildung lernst du praktische Anwendungen für Chakra Klärung und Chakra Ausgleich mit Theorie zur Chakra Lehre. Du lernst in dieser Yoga Ausbildung, wie du über die Arbeit an den Energiezentren bei dir selbst und deinen Teilnehmern/Klienten diese inneren Kräfte aktivieren und wahrnehmen kannst.

Themen und Inhalte der Chakra Healing Ausbildung:

- die sieben Chakras und die fünf Körperhüllen
- Zuordnung der Chakras zu Lebensbereichen
- Chakras und Selbstmanagement
- Aufbau des Energiekörpers, Schutz und Reinigung
- Chakra Massage
- Mantras, Mudras und Körperübungen für die einzelnen Chakras
- Heilsteine und Farben für die einzelnen Chakras
- Chakra Meditation und Visualisierungen
- Yoga Übungen
- Übungspraxis in der Gruppe

Diese Techniken kannst du nach der Ausbildung

- als Einzelbehandlungen anwenden
- als Workshops anbieten
- als zusätzliche Methode für deinen Yoga Unterricht
- Beratungs- oder therapeutische Tätigkeit einfließen lassen

Teilnahmevoraussetzung für diese Yoga Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Prüfung/Zertifikat: Praktische Prüfung und kurze schriftliche Abschlussarbeit. Zertifikat „Chakra Healing Basisausbildung (BYVG)“.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.08.2017-16.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12024

## Chakra Lehrer Ausbildung

Körper und Geist

**Steige tief ein in Theorie und Praxis der Chakra-Lehre. Der Kurs ist speziell auf deine persönliche Entwicklung und die Entfaltung des kreativen Potentials deiner Schüler ausgerichtet: Wie kannst du die Chakras nutzen, um deine Ideen und Träume wahr werden zu lassen, und dies auch deinen Schülern vermitteln.**

Steige als Yogalehrer tiefer in Theorie und Praxis der Chakra Lehre ein. Die Chakra Lehrer Ausbildung ist auf deine persönliche Entwicklung und die Entfaltung des kreativen Potentials deiner Yoga Schüler ausgerichtet. Du erfährst, wie du die Chakras nutzen kannst, um Ideen und Träume wahr werden

zu lassen. Der Ansatz ist einzigartig. Diese Chakra Lehrer Ausbildung vermittelt dir das Wissen, wie du deinen Yoga Schülern die Chakra Lehre nahebringen kannst, insbesondere in Verbindung mit der Yoga Praxis. Dein Entwicklungspotential, bzw. das deiner Yoga Schüler, steht im Mittelpunkt.

Inhalte der Chakra Lehrer Ausbildung:

- Funktionen und Wirkungsweise der Chakras
- Ihr gegenseitiger Einfluss aufeinander
- Ihre Wirkung auf die bewussten und unbewussten Anteile der menschlichen Psyche
- Anpassen der Yoga Praxis um die Energie hochzuführen zu einem höheren Bewusstsein
- Der genauso wichtige Prozess, die Energie wieder herunterzubringen

Die Ausbildungsleiterin Swami Saradananda ist eine international anerkannte Autorität auf dem Gebiet der Chakras, des Pranayama und des Yoga.

Teilnahmevoraussetzung für die Chakra Lehrer Ausbildung: abgeschlossene Yogalehrer Ausbildung (Yoga Vidya oder SYVC Ausbildung; andere auf Anfrage).

Zertifikat: Chakra Lehrer/in (BYV). (Ca. 86 Unterrichtseinheiten).

· Swami Saradananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 86 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12051

## Chakra-Kur - Reinigung der Chakras

Körper und Geist

**Unter Anleitung konzentrierst du dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die tägliche Meditation, Asana- und Pranayama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet. So reinigst und harmonisierst du während dieser Kur alle Haupt-Chakras.**

Unter Anleitung konzentrierst du dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die tägliche Meditation, Asana- und Pranyama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet. So reinigst und harmonisierst du während dieser Kur alle Hauptchakras. Blockaden können sich lösen. Du erlangst Erfahrungswissen über deine feinstofflichen Ebenen und erlebst, wie du mit mentalen und energetischen Praktiken deine Befindlichkeit aktiv beeinflussen kannst. Kriyas, Erfahrungsaustausch in der Gruppe und die Teilnahme am Satsang runden das Programm ab. Besonders geeignet als Selbsterfahrung für Yogalehrer und -therapeuten. Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören zusätzlich zu diesem Seminar ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras) und eine Reihe von Vertiefungswochenenden ( jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahatha-, Vishuddha- und Ajna-Chakra)..

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**31.03.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 555€, MZ: 667€, DZ: 810€, EZ: 956€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11821

## Chakra-Meditation intensiv mit Sanskritsilben der Blütenblätter, Bijas und Mantras

Körper und Geist

Die Bija-Mantra-Meditation auf die Chakren ist eine der energetisierendsten Übungen überhaupt. Und sie funktioniert selbst dann, wenn einem gerade gar nicht meditativ zumute ist. Nebenher stärkst du deine Stimme und dein Atemvolumen. Lerne die Bijas korrekt auszusprechen und erlebe wie deine Energie immer stärker zu fließen beginnt. Teilnahmevoraussetzung: sattwiger Lebensstil, regelmäßige Asana-, Pranayamapraxis.

Die Bija-Mantra-Meditation auf die Chakren ist eine der energetisierendsten Übungen überhaupt. Und sie funktioniert selbst dann, wenn einem gerade gar nicht meditativ zumute ist. Nebenher stärkst du deine Stimme und dein Atemvolumen. Lerne die Bijas korrekt auszusprechen und anzuwenden und erlebe wie deine Energie immer stärker zu fließen beginnt. Bitte beachte: Arbeiten mit Bijas setzt einen strikt sattwigen Lebensstil voraus. D.h. Verzicht auf Alkohol, Drogen, Fleisch, Fisch und Rauchen sowie Einhaltung einer täglichen Praxis von Asanas, Pranayama und Meditation

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12171

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Manipura und Anahata

Körper und Geist

**Vertiefe dein Wissen über Manipura- und Anahata-Chakra und ihre Zusammenarbeit. Sie stehen in Verbindung mit Stoffwechsel, Willensstärke, Transformation, Selbstachtung und Verständnis. Du lernst: Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper und psychischen Ebenen. Übungen zur Chakra-Harmonisierung wie Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.**

Vertiefe dein Wissen über das dritte und vierte Chakra: Manipura- und Anahata-Chakra und ihre Zusammenarbeit. Sie stehen in Verbindung mit: Stoffwechsel, Willensstärke, Transformation, Selbstachtung, Entfaltung und Verständnis.

Inhalte: Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra.

Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras), eine Reihe von Vertiefungswochenenden (Chakra-Götter und Göttinnen, Chakra-Yoga für deine Gesundheit: jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahata-, Vishuddha- und Ajna-Chakra) und eine 9-tägige Chakra-Kur mit 1 Praxis-Tag für jedes Chakra.

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11927

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Muladhara und Swadhisthana

Körper und Geist

**Lerne alle Aspekte der beiden ersten Chakras, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Muladhara- und Swadhisthana-Chakra stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Stabilität, Vertrauen, Flexibilität, Kreativität, Loslassen, Reinigung und Freundschaft. Ein Seminar der Chakra-Reihe.**

Lerne alle Aspekte der beiden ersten Chakras: ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Muladhara- und Swadhisthana-Chakra stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Stabilität, Vertrauen, Flexibilität, Kreativität, Loslassen, Reinigung und Freundschaft.

Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras), eine Reihe von Vertiefungswochenenden (Chakra-Götter und Göttinnen, Chakra-Yoga für deine Gesundheit: jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahata-, Vishuddha- und Ajna-Chakra) und eine 9-tägige Chakra-Kur mit 1 Praxis-Tag für jedes Chakra.

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.02.2017-05.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11752

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Swadhisthana und Manipura

Körper und Geist

**Lerne alles über das zweite und dritte Chakra: Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper und auf psychischen Ebenen, Entwicklungsstufen. Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Sie stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Flexibilität, Kreativität, Freundschaft, Verdauungskraft, Willensstärke, Stoffwechsel und Selbstachtung.**

Lerne alles über das zweite und dritte Chakra: Swadhisthana- und Manipura-Chakra und das sie verbindende Element. Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Sie stehen in Verbindung mit Eigenschaften wie: Flexibilität, Kreativität, Freundschaft, Verdauungskraft, Willensstärke, Stoffwechsel und Selbstachtung.

Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras), eine Reihe von Vertiefungswochenenden (Chakra-Götter und Göttinnen, Chakra-Yoga für deine Gesundheit: jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahata-, Vishuddha- und Ajna-Chakra) und eine 9-tägige Chakra-Kur mit einem Praxis-Tag für jedes Chakra.

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11850

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Anahata und Vishuddha

Körper und Geist

**Lerne alles über das vierte und fünfte Chakra und ihr gemeinsames Element. Sie stehen in Verbindung mit: Herzlichkeit, Liebe, Freiheit, Atmung und Atemwege, Raum, Präsenz und Spiritualität. Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.**

Lerne alles über das vierte und fünfte Chakra: Anahata- und Vishuddha-Chakra und ihr gemeinsames Element. Sie stehen in Verbindung mit: Herzlichkeit, Liebe, Freiheit, Atmung und Atemwege, Raum, Präsenz und Spiritualität. Inhalte: Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra.

Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras), eine Reihe von Vertiefungswochenenden (Chakra-Götter und Göttinnen, Chakra-Yoga für deine Gesundheit: jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahata-, Vishuddha- und Ajna-Chakra) und eine

9-tägige Chakra-Kur mit 1 Praxis-Tag für jedes Chakra

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11970

## Chakra-Yoga - Schwerpunkt Vishuddha und Ajna

Körper und Geist

**Lerne alles über das fünfte und sechste Chakra. Sie stehen in Verbindung mit: Freiheit, Weite, Raum, Präsenz, Spiritualität, Nervensystem, Geisteskraft und Stressresistenz. Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Ein Seminar der Chakra-Reihe.**

Vertiefe dein Wissen über das fünfte und sechste Chakra: Vishuddha- und Ajna-Chakra. Sie stehen in Verbindung mit: Freiheit, Weite, Raum, Präsenz, Spiritualität, Nervensystem, Geisteskraft und Stressresistenz. Inhalte: Ihre Symbolik, Einflussbereiche im physischen Körper, psychische Ebenen, Entwicklungsstufen, Übungen zur Chakra-Harmonisierung: Asana, Pranayama, Meditation, Mantra. Zur Chakra-Seminar-Reihe gehören ein Einführungsseminar (Aura, Astralkörper und Chakras), eine Reihe von Vertiefungswochenenden (Chakra-Götter und Göttinnen, Chakra-Yoga für deine Gesundheit: jeweils für Muladhara-, Swadhisthana-, Manipura-, Anahatha-, Vishuddha- und Ajna-Chakra) und eine 9-tägige Chakra-Kur mit 1 Praxis-Tag für jedes Chakra

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.09.2017-03.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12059

## Chinesische Astrologie - Interpretation und Anwendung in der FS Beratung

Körper und Geist

### Aufbau- und Praxisseminar für Feng Shui Berater

Chinesische Astrologie ist ein wichtiges Element in der Feng Shui Beratung und zum Feng Shui Grundverständnis.

Im Mittelpunkt stehen die Berechnungen und Bewertungen der Chinesischen Astrologie "Baze Suanming" und die Verwendung in der Feng Shui Beratung.

Ein Seminar für Berater/innen mit FS Ausbildung, die ihre Praxiserfahrung auffrischen wollen oder an der Lösung und Interpretation anhand eines Astro-Falles unter Anleitung arbeiten möchten. Die Teilnehmer erhalten vor dem Seminar die astrologischen Daten zugeschickt, um sich selbst vorzubereiten. Zu Beginn des Seminars werden die die Berechnungen komplett zur Verfügung gestellt und Fragen beantwortet.

Franz-Karl Rösberg · : Feng Shui Center, Thürmchenswall 66a, 50668 Köln

**03.02.2017-04.02.2017.** Fr., 3. Februar, 17.00 - 20.30 Uhr

Sa., 4. Februar, 10.00 - 17.00 Uhr. - Workshop. 14 Uh - 195 € - - Nr. AKFS12333

## Creative Media Design - Schwerpunkt DTP/Mediengestaltung

Neue Medien & EDV

Der Ausbildungsgang umfasst Lerninhalte zu Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben, grundlegende IT-Kompetenzen, Kreativitätstechniken, Persönlichkeitsentwicklung, Design und Medienproduktion. Schwerpunkt ist die Arbeit im DTP-Bereich/Mediengestaltung

Die Entwicklung von Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben wird umfassend miteinbezogen. Der Ausbildungsgang ist projektorientiert ausgerichtet, frontaler Unterricht findet eher punktuell statt.

Die Teilnehmer bekommen Einblicke in die berufliche Praxis, die für eine Vielfalt von Berufen mit Bezug zu Medien und digitalen Inhalten sowie projektorientierter Arbeit von Nutzen sind, insbesondere im DTP-Bereich mit Schnittstellen zur Kultur- & Medienarbeit und zum Event- & Marketingbereich.

Das Gesamtsetting der Ausbildung beinhaltet viele praktische und handlungsorientierte Elemente, die auf ein betreutes ‚learning by doing‘ ausgerichtet sind und die Eigeninitiative anregen. Die Gesamtatmosphäre in der Bildungsstätte ist so angelegt, dass auch durch informelle Elemente Lernerfahrungen ermöglicht werden, z.B. durch die interkulturelle Ausrichtung und vielfältige Begegnungen unterschiedlicher Kulturen und Austausch in unterschiedlichen Sprachen (insbesondere Englisch).

Darüberhinaus ist ein wichtiges Element die Kreativitätsförderung und es soll den Teilnehmern ermöglicht werden, Blockaden des kreativen Ausdrucks und der Innovation abzubauen und angemessene Wege und Techniken kennenzulernen, um den kreativen Flow zu fördern. Dadurch können sie lernen, unter welchen Bedingungen die eigene Person für kreatives Handeln offener wird.

Ein weiterer Schwerpunkt besteht darin, die grundlegenden Lernkompetenzen der Teilnehmer zu fördern und sie dazu anzuregen, sich auch selbstständig relevantes Wissen und Teilkompetenzen anzueignen ('learning to learn').

In dieser Weiterbildung werden Grundlagen zur erfolgreichen Arbeit mit zeitgemäßer professioneller Digitaltechnik mit dem Schwerpunkt DTP/Mediengestaltung und Applikationen an konkreten Projektbeispielen vermittelt und trainiert. Dadurch wird es möglich, eine Qualifikation zu erwerben, die einen ersten Einstieg in den vielseitigen Einsatz und die Weiterentwicklung ihrer Fähigkeiten ermöglicht.

Die erworbenen Kenntnisse sind anwendbar für eine erfolgreiche unterstützende Arbeit oder Ausbildung (insb. Mediengestaltung) in Kultur- und Bildungsbetrieben, Bereichen des Eventmanagements, in Werbestudios, Marketing- und Medien-Produktionsbetrieben, sowie in zeitgemäßer Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Außerdem können sie als eine gute Vorbereitung für ein Studium im Medienbereich dienen (z.B. Kommunikationsdesign).

Die angebotenen Lerninhalte decken folgende Bereiche ab:

- Grundlegender Einstieg in das DTP- Studio. Corporate Identity & Design, Bild & Graphik. (Entwurf und Erstellung von Postern & Flyern mit professioneller Software, z.B. Adobe Indesign, Illustrator, Photoshop, Logoerstellung, Broschüreneerstellung, Effekte, Druckvorgaben, uvm.)
- Schlüsselkompetenzen für das Erwerbs- und Arbeitsleben

Dabei bekommen die Teilnehmer auch insbesondere Einsicht in die Abläufe eines Kulturbetriebs.

Die Lerninhalte werden projektorientiert vermittelt und praktisch vertieft. Im Rahmen der Gesamtgruppe können die Teilnehmer entsprechend ihren Interessen, Vorkenntnissen und dem jeweiligen Projektverlauf Teilbereichen und Kleingruppen zugeordnet werden. So können die Kenntnisse und Fähigkeiten systematisch an konkreten Lernaufgaben gesteigert werden.

Im Rahmen des Seminars wird kontinuierlich an der Ausbildung der grundlegenden Schlüsselkompetenzen der Teilnehmer gearbeitet und insbesondere darauf geachtet die Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Selbstorganisationsfähigkeit der TN zu entwickeln.

Im Rahmen des Ausbildungsgangs besteht die Möglichkeit zu einer persönlichen Beratung im Hinblick auf berufliche Perspektiven.

Im Anschluss an den Ausbildungsgang/nach Beendigung des Schulabschlusses ist bei Interesse der Teilnehmer ein Praktikum bei einem der Netzwerkpartner möglich.

Das Zertifikat, das die erfolgreiche Teilnahme an dem Ausbildungsgang bescheinigt, ist kostenlos.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und des europäischen Sozialfonds.

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**09.01.2017-15.05.2017**. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 253 Uh - € - - Nr. ABOL11690

## **Creative Media Design - Schwerpunkt Webgestaltung/Onlineredaktion**

**Neue Medien & EDV**

Der Ausbildungsgang umfasst Lerninhalte zu Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben, grundlegende IT-Kompetenzen, Kreativitätstechniken, Persönlichkeitsentwicklung, Design und Medienproduktion.  
Schwerpunkt ist die Arbeit im Bereich Webdesign

Die Entwicklung von Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben wird umfassend miteinbezogen. Der Ausbildungsgang ist projektorientiert ausgerichtet, frontaler Unterricht findet eher punktuell statt.

Die Teilnehmer bekommen Einblicke in die berufliche Praxis, die für eine Vielfalt von Berufen mit Bezug zu Medien und digitalen Inhalten sowie projektorientierter Arbeit von Nutzen sind, insbesondere im Web-Bereich mit Schnittstellen zur Kultur- & Medienarbeit und zum Event- & Marketingbereich. Das Gesamtsetting der Ausbildung beinhaltet viele praktische und handlungsorientierte Elemente, die auf ein betreutes ‚learning by doing‘ ausgerichtet sind und die Eigeninitiative anregen. Die Gesamtatmosphäre in der Bildungsstätte ist so angelegt, dass auch durch informelle Elemente Lernerfahrungen ermöglicht werden, z.B. durch die interkulturelle Ausrichtung und vielfältige Begegnungen unterschiedlicher Kulturen und Austausch in unterschiedlichen Sprachen (insbesondere Englisch).

Darüberhinaus ist ein wichtiges Element die Kreativitätsförderung und es soll den Teilnehmern ermöglicht werden, Blockaden des kreativen Ausdrucks und der Innovation abzubauen und angemessene Wege und Techniken kennenzulernen, um den kreativen Flow zu fördern. Dadurch können sie lernen, unter welchen Bedingungen die eigene Person für kreatives Handeln offener wird.

Ein weiterer Schwerpunkt besteht darin, die grundlegenden Lernkompetenzen der Teilnehmer zu fördern und sie dazu anzuregen, sich auch selbstständig relevantes Wissen und Teilkompetenzen anzueignen ('learning to learn').

In dieser Weiterbildung werden Grundlagen zur erfolgreichen Arbeit mit zeitgemäßer professioneller Digitaltechnik und Applikationen an konkreten Projektbeispielen vermittelt und trainiert. Dadurch wird es möglich, eine Qualifikation zu erwerben, die einen ersten Einstieg in den vielseitigen Einsatz und

die Weiterentwicklung ihrer Fähigkeiten ermöglicht.

Die erworbenen Kenntnisse sind anwendbar für eine erfolgreiche unterstützende Arbeit oder Ausbildung (insb. Webdesign) in Kultur- und Bildungsbetrieben, Bereichen des Eventmanagements, in Werbestudios, Marketing- und Medien-Produktionsbetrieben, sowie in zeitgemäßer Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Außerdem können sie als eine gute Vorbereitung für ein Studium im Medienbereich dienen (z.B. Webdesign).

Die angebotenen Lerninhalte decken folgende Bereiche ab:

- Das Web-Studio. Internet, Onlineredaktion, Socialmediamarketing & Multi Media. (z.B. Webgestaltung und Onlineredaktion mit Redaktionssystem (Wordpress o.a.), Pluginmanagement, User Interface-Design, visuelles Design, Veröffentlichung auf Social Media-Plattformen, Anzeigengestaltung mit Google, Search Engine Optimization, uvm.), PR & Öffentlichkeitsarbeit mit Email-Newslettern und Pressemitteilungen

- Schlüsselkompetenzen für das Erwerbs- und Arbeitsleben

Dabei bekommen die Teilnehmer auch insbesondere Einsicht in die Abläufe eines Kulturbetriebs.

Die Lerninhalte werden projektorientiert vermittelt und praktisch vertieft. Im Rahmen der Gesamtgruppe können die Teilnehmer entsprechend ihren Interessen, Vorkenntnissen und dem jeweiligen Projektverlauf Teilbereichen und Kleingruppen zugeordnet werden. So können die Kenntnisse und Fähigkeiten systematisch an konkreten Lernaufgaben gesteigert werden.

Im Rahmen des Seminars wird kontinuierlich an der Ausbildung der grundlegenden Schlüsselkompetenzen der Teilnehmer gearbeitet und insbesondere darauf geachtet die Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Selbstorganisationsfähigkeit der TN zu entwickeln.

Im Rahmen des Ausbildungsgangs besteht die Möglichkeit zu einer persönlichen Beratung im Hinblick auf berufliche Perspektiven.

Im Anschluss an den Ausbildungsgang/nach Beendigung des Schulabschlusses ist bei Interesse der Teilnehmer ein Praktikum bei einem der Netzwerkpartner möglich.

Das Zertifikat, das die erfolgreiche Teilnahme an dem Ausbildungsgang bescheinigt, ist kostenlos.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds.

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
13.03.2017-30.07.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 253 Uh - € - - Nr. ABOL11691

## Das Hormonsystem - ein Buch mit 108 Siegeln - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne das Hormonsystem in Theorie und Praxis spielerisch kennen. Du wirst nach dieser Weiterbildung ein besseres Verständnis für die Funktion und die Aufgaben des Hormonsystems haben, das sich bemüht, immer eine Homöostase im Körper aufrecht zu erhalten.**

Du bist schon Yogalehrer und möchtest das komplexe Hormonsystem in Theorie und Praxis kennenlernen? Dann tauche in dieser Yogalehrer Weiterbildung tief in das Thema ein. Durch genaues Hineinspüren in den Yoga Asanas und durch Achtsamkeitspraxis wirst du als Yogalehrer Neues entdecken und weitere Yoga Übungsreihen kennenlernen.

Du lernst in dieser Weiterbildung:

- das Anleiten und Erstellen von Yoga Übungen und Yoga Übungsreihen für Menschen mit speziellen Problemen und Erkrankungen des Hormonsystems
- ein besseres Verständnis für die Funktion und die Aufgaben des Hormonsystems, das sich bemüht, immer eine Homöostase im Körper aufrecht zu erhalten.

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11767

## Die Einzelberatung in der Psychologischen Yogatherapie

Körper und Geist

**Psychologische Yogatherapie geht über die symptomatische Behandlung hinaus. In dieser Woche übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des Integralen Yogas, zu begleiten und zu unterstützen. Pflichtbaustein (C) der Psychol. Yogatherapie. Empfohlen: Vorherige Teilnahme an "Grundlagen der Psychol. Yogatherapie"**

Spirituelles Wachstum erleben und fördern. Psychologische Yogatherapie geht über die symptomatische Behandlung hinaus. In dieser Woche übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des Integralen Yoga zu begleiten und zu unterstützen. In Gruppenübungen bist du abwechselnd mal Therapeut, Klient oder Beobachter. In dieser Triadenarbeit wirfst du einen Blick auf deine persönlichen Anteile in der Begegnung und bleibst dadurch selber in Svadhyaya – Selbststudium verankert. So sammelst du wichtige Erfahrungen, die dir bei deiner therapeutischen Arbeit weiter helfen.

Praxis:

- Gestaltung eines Einzelgesprächs
- Erfassen der Lebensthemen deines Klienten
- Ressourcen fördern
- Einzelarbeit mit Lehrtherapeutin in der Großgruppe
- Wie kann ich sowohl prozess- als auch zielorientiert mit Yoga arbeiten?
- Yoga zur Selbstreflexion / Selbsterkenntnis einsetzen

Du kannst dieses Seminar einzeln besuchen. Wenn du die Baustein-Ausbildung „Psychologische Yogatherapie“ absolvieren möchtest, ist dieses Seminar der Pflichtbaustein C. Empfohlen: Vorherige Teilnahme an "Grundlagen der Psychol. Yogatherapie"

· Shivakami Bretz, Ute Zöllner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12019

## Die Tiefenwirkungen der Asanas - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst die tiefere Bedeutung der Yogastellungen und deren subtile Wirkungen besser kennen, was dir ermöglicht, viel differenzierter auf die**

**Schüler eingehen zu können. Dadurch bekommt der Unterricht eine neue Tiefe. Durch die besonderen Schwerpunkte hast du die Möglichkeit, eine neue Herangehensweise und Begleitung der Schüler mit mehr Themen anzubieten und Hatha Yoga aus einer anderen Perspektive zu sehen.**

Du lernst in dieser Yogalehrer Weiterbildung die tiefere Bedeutung der Yoga Stellungen (Asanas) und deren subtile Wirkungen besser kennen. So kannst du in deinen Yoga Stunden viel differenzierter auf die Schüler eingehen. Du erfährst in dieser Yogalehrer Weiterbildung wie dadurch der Yoga Unterricht eine neue Tiefe bekommt. Durch die besonderen Schwerpunkte hast du die Möglichkeit, eine neue Herangehensweise und Begleitung der Yoga Schüler mit mehr Themen anzubieten und Hatha Yoga aus einer anderen Perspektive zu sehen.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12036

## Edelstein Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Anwendungen und Wirkungen von Edelsteinen in Massagen; Massagetechniken, Akupressur, Chakra Massage, Edelsteinkunde uvm.**

Wie kannst du Edelsteine in der Massage einsetzen? Diese besondere Edelsteinmassage wirkt anregend und entspannend zugleich und fördert ein besseres Körpergefühl. Du kannst sie wunderbar in die Kosmetikbehandlung oder Wellnessanwendung einbauen. So verbinden sich die Vorzüge vielfältiger Massagetechniken mit den Wirkungen verschiedenster Edelsteine.

Edelsteinmassagen werden mit erwärmten oder kalten Edelsteinölen und mit verschiedenen Steinformen, wie z.B. Kugeln, Griffeln, Seifensteinen oder auch Trommelsteinen, ausgeführt. Bei der Edelsteinmassage wird der Stein in ruhigen, achtsamen kreisenden, streichenden und sanft drückenden Bewegungen über die Haut geführt.

Dein Klient beginnt wieder bewusster wahrzunehmen und schon nach kurzer Zeit wird die Entspannung auch in seinem Gesichtsausdruck deutlich. Er sieht offener, gelöster, natürlicher und damit auch schöner aus!

Ausbildungsthemen der Edelstein Massage Ausbildung:

- Allgemeine Edelsteinkunde;
- Wirkungen der eingesetzten Edelsteine und Kristalle;
- Kriterien bei der Auswahl;
- Verschiedene Massagetechniken mit Kugel-, Ei- und stabförmig geschliffenen Steinen;
- Akupressurpunkte-Marma-Massage mit Edelsteinen;
- Chakra-Massage;
- Begleitendes Auflegen von Edelsteinen auf Chakras, Marmapunkte , Organbereiche und Reflexzonen;
- Altes Wissen über Bergkristallanwendungen.

Du lernst in der Edelstein Massage Ausbildung insbesondere:

- Gesamte Edelstein Massage und gezielte Teil Edelstein Massagen:
- Hand-, Fuß-, Gesichts-, Bauch- und Rückenbehandlung
- welche Wirkung der jeweilige Stein hat, die sogenannte Steinheilkunde,
- und wie er angewendet werden kann.

Manche Steine wirken auf seelischer Ebene, andere eher auf körperlicher.

Einsatzmöglichkeiten der Edelstein Massage Ausbildung:

- Wellness- und Entspannungsmassage
- Als Erweiterung der Physiotherapie.
- In der Naturheilpraxis.
- In der Partnerschaft und Familie; für Freunde, Klienten und Eigenbehandlung.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga, Meditation und Massage hilfreich, aber nicht Bedingung. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität  
Mit Zertifikat. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Eric Vis Dieperink, Sabine Goldbach: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12224

## Einführung in die Yogatherapie

Körper und Geist

**Der therapeutische Aspekt des Yoga wird gerade in unserer westlichen Welt immer bedeutender. Das "Pancha Kosha Tattwa"-Konzept der 5 Hüllen, sowie die Ursachen für Stress und Krankheit, werden dir erläutert. Wir besprechen die Indikationen und Kontraindikationen von Asanas, Kriyas, Pranayama, Pranakontrolle, zyklische Entspannung und Möglichkeiten deiner zukünftigen Yogaberatung.**

Das Wissen um den therapeutischen Aspekt des Yoga kann eine wichtige Ergänzung und Hilfe für Yogalehrer sein. Dieses Seminar gibt eine Einführung in die ganzheitliche Yogatherapie. Das "Pancha Kosha Tattwa"-Konzept der 5-Hüllen und Elemente wird grundlegend erläutert. Wir besprechen die Indikationen und Kontraindikationen verschiedener Werkzeuge wie Asanas, Kriyas, Pranayama, Pranakontrolle, zyklische Entspannung und Möglichkeiten deiner zukünftigen Yogaberatung. Basis unserer Therapieform sind Yoga Schriften wie z.B. die Upanishaden. Dieses Seminar ist geeignet für alle, die Vorkenntnisse in Yoga haben, für Yogalehrer, Yogatherapeuten, Ärzte und Physiotherapeuten.

· Harilalji: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11889

## Einsatz von Musik im Yoga Unterricht - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Musik vermittelt und transportiert Emotionen und kann transformieren. Musik im Unterricht kann die Wirkungen der Asanas unterstreichen. Du lernst, worauf du achten solltest, welche Parameter es in der Musik gibt, wie diese wirken, den Einfluss von Musik auf den Körper und ihre Grenzen. Tauche ein in die Welt der Klänge, höre, lasse wirken, spüre und reflektiere. Viele Hörbeispiele, Anregungen und kreative Ideen.**

Einige praktizieren regelmäßig zu ihrer Lieblingsmusik. Andere schwören auf die Stille. Musik vermittelt Gefühl, transportiert Emotion und kann

Transformation unterstützen. Durch den gekonnten Einsatz von Musik im Unterricht kannst du die Wirkungen der jeweiligen Asanas unterstreichen. Du lernst, worauf du dabei achten solltest, welche Parameter es in der Musik gibt, wie diese wirken, welchen Einfluss Musik auf das Körpersystem hat und wo die Grenzen musikalischer Praxis-Begleitung liegen. Gemeinsam tauchen wir in die Welt der Klänge, hören, lassen wirken, spüren und reflektieren. Du verlässt das Seminar mit Hörbeispielen, Anregungen und kreativen Ideen im Gepäck. Nur für Yogalehrer/innen.

· Anandini Einsiedel: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**25.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12053

## Energieschutz - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst viel über den Energiekörper und Energieübungen, deinen Yogaunterricht nach energetischen Aspekten zu gestalten und wie mit einfachen Techniken die Positivität deiner Teilnehmer im Alltag aufrecht erhalten werden kann.**

Du bist Yogalehrer und möchtest energiegeladen durch den Alltag gehen? Mit dieser Yogalehrer Weiterbildung liegst du genau richtig. Menschen brauchen heute mehr denn je Energie – für die vielfältigen Herausforderungen des Alltags in Beruf, Familie, Gesellschaft; für mehr Lebensfreude und Tatkraft, um persönliche und berufliche Ziele umsetzen zu können. In dieser Yogalehrer Weiterbildung erfährst du, dass der ganzheitliche Yoga eine Fülle von speziellen Yoga Techniken bietet, um deinen Energiehaushalt zu kultivieren und einen wirksamen Schutz vor Energieverlusten aufzubauen. Du lernst in dieser Yogalehrer Weiterbildung viel über den Energiekörper und Energieübungen, deinen Yoga Unterricht nach energetischen Aspekten zu gestalten und wie mit einfachen Yoga Techniken die Positivität deiner Yoga Teilnehmer im Alltag aufrecht erhalten werden kann.

· Erkan Batmaz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11859

## Energietrainer Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Energietraining anzubieten und durchzuführen: in Kursen, Workshops, Einzelcoachings, in Firmen, oder als Bereicherung und Variation deiner sonstigen Lehr-, Beratungs- oder Therapie-Tätigkeit.**

Lerne in dieser Energietrainer Ausbildung deine Energie zu regenerieren und zu erhöhen. Wir brauchen heute alle mehr Energie denn je für die vielfältigen Herausforderungen des Alltags in Beruf, Familie, Gesellschaft. In dieser Energietrainer Ausbildung lernst du Energietechniken aus dem Hatha Yoga, Kundalini Yoga und Raja Yoga kennen.

Yoga bietet eine Fülle von speziellen Techniken um

- Energien in kurzer Zeit zu regenerieren
- das Energieniveau dauerhaft zu erhöhen
- Energieverlust vorzubeugen

- Energien zu harmonisieren
- im Alltag zwischendurch aufzutanken

All das in der Energietrainer Ausbildung Gelernte führt zu mehr Lebensqualität, verhindert Auspowern und Burnout, macht stress-resistenter. Du lernst, Teilnehmern in deinen Yoga Kursen diese Yoga Techniken gezielt und systematisch zu vermitteln, sie in ihrem Energie Management zu beraten, zu unterstützen und zu motivieren.

Nach dieser Energietrainer Ausbildung kannst du:

- Energietraining-Kurse und -Workshops anbieten
- Einzelberatungen und -stunden durchführen
- Energetisierende Techniken in deine sonstige Yoga Lehr-, Beratungs- oder Therapie-Tätigkeit einfließen lassen
- Energietraining in Firmen anbieten
- Energietraining als Ergänzung anbieten, zum Beispiel in Wellnesshotels, im Rahmen sonstiger Management-/Belegschaftsschulungen, Stressmanagement-Seminaren und vielen mehr

Du lernst in der Energietrainer Ausbildung folgende Techniken anzuleiten:

- Einfache Atemübungen für mehr Energie zwischendurch und dauerhaft
- Verschiedene Energiemeditationen
- Energie-Visualisierungen
- Affirmationen
- Aufladeübungen
- Prana-Aktivierungsübungen in der Natur
- Körperliche energetisierende Einzelübungen und Übungsreihen
- Kurz-Entspannungstechniken für sofortige Energie-Regeneration
- Alltagstaugliche Yoga Übungen für zwischendurch
- Unterrichtspraxis in Kleingruppen mit Feedback
- Unterrichtsdidaktik und -methodik, Kursaufbau

Teilnahmevoraussetzung für die Energietrainer Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation. Die Energietrainer Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Yogalehrer geeignet. Wer die Yogalehrer Ausbildung gemacht hat, wird einige Überschneidungen feststellen. Die Energietrainer Ausbildung geht aber erheblich über das in der Yogalehrer Ausbildung Gelernte hinaus. So kannst du deinen bisherigen Yoga Unterricht bereichern und neue Unterrichtserfahrung erwerben.

Abschluss/Zertifikat: Praktische Prüfung im Rahmen des Unterrichtens in Kleingruppen. Schriftliche Abschlussarbeit. Zertifikat „Energietrainer/in (BYVG)“ des Berufsverband der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12165

## Entgiftungsmassage Ausbildung

Körper und Geist

**Die Entgiftungsmassage löst Ablagerungen und Schlacken im Körper, so dass sie über das Lymphsystem ausgeschieden werden können. Mit dieser Ausbildung kannst du insbesondere Menschen gezielt bei Fastenkuren, Ausleitungstherapien und der allgemeinen Reinigung des Körpers unterstützen.**

Du möchtest Menschen helfen ihren Körper zu entgiften? In der Entgiftungsmassage Ausbildung lernst du durch Massagen und Yoga Menschen bei der Reinigung zu unterstützen. Das Wort Übersäuerung ist heute in aller Munde. Was ist das überhaupt? Wer ist davon betroffen und was kannst du dagegen tun? Entgiftungsmassage, auch Azidosemassage genannt, löst Ablagerungen und Schlacken im Körper, so dass sie über das Lymphsystem ausgeschieden werden können.

In dieser Entgiftungsmassage Ausbildung lernst du:

- grundlegende Methoden der Entgiftung und Entsäuerung
- verschiedene Massage Techniken, die Ablagerungen und Schlacken im Körper lösen, so dass sie über das Lymphsystem ausgeschieden werden
- Darmfunktion
- energetische Reinigung
- Bedeutung von PH-Werten
- Säure- und Basenbildner im Stoffwechsel

Nach dieser Entgiftungsmassage Ausbildung kannst du insbesondere:

- Menschen gezielt bei Fastenkuren, Ausleitungstherapien und allgemeiner Reinigung des Körpers unterstützen
- entsprechende Beratungen geben
- Ausleitungsmassagen geben

Schwerpunkt der Entgiftungsmassage Ausbildung liegt in der Praxis, weniger in der theoretischen Wissensvermittlung, so dass du sofort direkt damit arbeiten und diese Massagen kompetent anbieten und anwenden kannst.

Tagesablauf der Ausbildung:

Der Tagesablauf folgt dem bewährten Yoga Vidya Ausbildungsablauf.

Die Workshops, Vorträge, Meditationen und Yogastunden sind weitgehend auf das jeweilige Ausbildungsthema abgestimmt.

06.00-07.00h Pranayama (freiwillig),

07.00-ca. 08.05h Satsang: Meditation, Mantra-Singen, Lesung,

Ca. 08.05-09.00h Vortrag/Workshop,

09.15-11.00h Yogastunde,

11.00h Brunch; Mithilfe ca. 45 Minuten; Freizeit/ Studienzzeit.

14.00/14.30h-18.00h Vortrag, Workshop/Massage oder Anwendungen bzw. Yogastunden,  
 18.00h Abendessen,  
 20.00-21.00h Satsang: Meditation, Mantra-Singen,  
 21.00-22.00h Vortrag/Workshop oder Studienzzeit (je nach Ausbildung).  
 Geringfügige Abweichungen möglich, je nach Ausbildung.

Voraussetzung für das Zertifikat ist die Teilnahme an all diesen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yogastunden.

· Angelika Fischer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12186

## Entschleunigen mit Yin Yoga

Körper und Geist

**Tauche ein in die stille heilsame Welt des Yin Yoga - eine meditative Innenschau, geprägt von Ruhe und Reflexion. Mit Unterstützung von Hilfsmitteln werden Yin Yoga Positionen entspannt gehalten und dabei die tieferen Schichten des Bindegewebes, wie Faszien, Bänder und Gelenke, sanft gedehnt. Gewebespannungen und energetische Blockaden lösen sich, die Lebensenergie wird wieder zum Fließen gebracht. Der Körper kann sich regenerieren und Kraft schöpfen.**

Wir leben heute in einer Zeit, die geprägt ist von einem dominierenden „Yang“-Lebensstil mit viel Aktivität und Zielorientiertheit. Die Folge davon sind Dauerstress, chronische Verspannungen und das häufige Gefühl des Ausgebrannt Seins. An diesem Anti-Stress Yin Yoga Seminar tauchst du ein in die stille heilsame Welt des Yin Yoga - eine meditative Innenschau, geprägt von Ruhe und Reflexion. Kein Handeln, sondern eher ein Geschehen lassen. Die Yin Yoga Positionen werden länger und entspannt gehalten, unterstützt mit Hilfsmitteln wie Kissen, Blöcke und Gurte. Dadurch werden besonders die tieferen Schichten des Bindegewebes wie Faszien, Bänder, Sehnen und Gelenke passiv gedehnt, sanft beansprucht, gekräftigt und in ihrer Funktion unterstützt. Durch die meditative Innenschau während der Stellung (Asana) wird die Achtsamkeit geschult, so dass du körperliche und geistige Anspannungen besser wahrnehmen und loslassen kannst. Energetische und emotionale Blockaden lösen sich, die Lebensenergie wird wieder zum Fließen gebracht. Der Körper kann sich regenerieren und Kraft schöpfen, um dem Alltagsstress widerstandsfähiger und mit nachhaltiger Wirkung zu begegnen.

· Shanti Wade: Yoga Vidya Nordsee

**12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11878

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11959

**Lerne Entspannungskurse anzuleiten, Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen und sie auf ihrem Prozess zu mehr innerer Ruhe zu begleiten. Theorie und Praxis der Entspannung aus westlicher Psychologie und Yoga. Beschreibung s. S. xx.**

Schluss mit Stress! ?! Jaaa, bitte! Aber wie? Mit einer Entspannungskursleiter Ausbildung.

Die Ausbildung, Yoga und Kurse in Entspannung helfen Stress abzubauen und durch Stress bedingten Krankheiten vorzubeugen. Mehr Entspannung - mehr beruflicher Erfolg und somit ein erfüllteres, zufriedeneres Leben. Mehr Schluss mit Stress! ?! Jaaa, bitte! Aber wie? Mit einer Entspannungskursleiter Ausbildung.

Die Ausbildung, Yoga und Kurse in Entspannung helfen Stress abzubauen und durch Stress bedingten Krankheiten vorzubeugen. Mehr Entspannung - mehr beruflicher Erfolg und somit ein erfüllteres, zufriedeneres Leben. Mehr Entspannung - mehr innere Ruhe. Mehr Entspannung - ein besseres Körpergefühl.

In der Entspannungskursleiter Ausbildung lernst du, Kurse in Entspannung anzuleiten und Menschen kompetent und sicher in die Entspannung zu führen. Jeder weiß: Vollständige körperliche und seelische Entspannung führt zu einer tiefgreifenden Regeneration des ganzen Körper-Geist-Systems, Abbau von Stress, regt die Selbstheilungskräfte an, stärkt das Immunsystem und bewirkt so viele positive Veränderungen im allgemeinen Befinden:

Erholung,

innere Ruhe,

Entspannung,

bessere Konzentrationsfähigkeit,

schnelle Besserung bei Schlafstörungen,

Verbesserung der Organfunktionen,

Linderung von Schmerzen und insbesondere von psychosomatisch bedingten Krankheiten.

Und wer wünscht sich das nicht?

Entspannungskurse kannst du z.B. anbieten im Rahmen von:

- » Entspannungs-Seminaren;
- » Stress-Management-Seminaren;
- » Autogenes Training Seminaren  
oder im Rahmen anderer Seminare
- » an Volkshochschulen;
- » anderen Bildungsträgern;
- » in Arztpraxen und bei Psychotherapeuten;
- » in Unternehmen für Führungskräfte und Mitarbeiter;
- » als einmaligen längeren Entspannungs-Workshop;
- » als mehrwöchigen Entspannungs-Kurs;
- » als Einzelseminar oder Gruppenunterricht.

Du kannst aus dem in dieser Entspannungskursleiter Ausbildung Gelernten mehrwöchige Kurse in Entspannung machen, Workshops oder Einzelberatung.

Themen der Entspannungskursleiter Ausbildung:

- » Autogenes Training nach J.H. Schultz

- » Progressive Muskelentspannung nach E. Jacobson
- » Traumreise
- » Body Scan
- » Yoga Tiefenentspannungstechniken: verschiedene Shavasanas (Yoga-Entspannungshaltungen), Einblicke in weitere Techniken der Entspannung
- » Stresspsychologie und -physiologie
- » Geistige Einstellung und Stress: lerne mit Stress und Herausforderungen zu wachsen anstatt von ihnen überwältigt zu werden und erfahre mehr über Entspannung.

Teilnahmevoraussetzungen für die Entspannungskursleiter Ausbildung: Offenheit für Yoga und Meditation. Wer die Yoga Vidya Yogalehrer Ausbildung gemacht hat, wird einige Überschneidungen feststellen. Die Entspannungskursleiter Ausbildung geht aber erheblich über das in der Yogalehrer Ausbildung Gelernte hinaus. Du vertiefst dein theoretisches und praktisches Wissen über die Wirkungen und Funktionsweise der Entspannung und erwirbst Spezialwissen. So kannst du deinen bisherigen Yoga Unterricht bereichern, insbesondere die Anfangs- und Tiefenentspannungstechniken, und neue Yoga Unterrichtserfahrungen erwerben.

Die Entspannungskursleiter Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Yogalehrer geeignet.

Du schließt die Ausbildung mit einer schriftlichen Arbeit ab.

Zertifikat „Entspannungskursleiter/in BYVG“ des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten. Ca. 60 UE.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-06.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11714

· Rajeshwari Gemnich: Yoga Vidya Nordsee

**26.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11781

· Christine Wieme: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**02.04.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11823

· Murali Szabo: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11835

· Murali Szabo: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.06.2017-23.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11941

---

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**23.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11999

---

· Sudarshana Dinges: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12029

---

· Christine Wieme: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12045

---

· Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12078

---

· Christine Wieme: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12148

---

· Katja Kedenburg: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12222

---

**Entspannungstrainer/in für Kinder Ausbildung**

Körper und Geist

**Du lernst methodisch-didaktisches Know-How zum Aufbau einer Entspannungs-Kurseinheit für Kinder und intensive praktische Durchführungen anhand von Beispiel-Kurseinheiten. Erwünscht: Offenheit für Yoga und Spiritualität.**

Diese Entspannungstrainer/in Ausbildung richtet sich an alle, die lernen möchten, Kinder u.a. durch Yoga leicht in die Entspannung zu führen. Schon Kinder leiden unter Stress und Leistungsdruck. Die Folgen sind häufig motorische Unruhe und Unkonzentriertheit bis hin zu AD(H)S, Lernschwierigkeiten und Verhaltensauffälligkeiten.

Du lernst in dieser Ausbildung Verfahren der Entspannung und der Meditation kennen, die zusammen mit Yoga helfen, mit alltäglichen Stresssituationen fertig zu werden.

Diese Entspannungstrainer/in Ausbildung für Kinder befähigt zum professionellen Umgang mit Verfahren der Entspannung sowie zur Durchführung von Entspannungskursen für Kinder in Kindergärten, Schulen, freien Kinder- und Jugendzentren sowie in Familienbildungsstätten und Volkshochschulen.

Du lernst in dieser Entspannungstrainer/in Ausbildung:

- Autogenes Training für Kinder
- Fantasiereisen
- Meditative Spiele und Stilleübungen
- Arbeit mit Klangschale, Gong und Zimbeln
- Eutonische und kinesiologische Spiele
- Progressive Muskelentspannung nach Jacobson für Kinder
- Atemspiele und Spiele aus dem Bereich des Yoga
- Körpererfahrungs- und Massagespiele
- Arbeit mit Mandalas
- methodisch-didaktische Grundlagen zum Aufbau einer Kurseinheit
- praktische Durchführung anhand von Beispiel-Kurseinheiten.

Mit Zertifikat: Entspannungstrainer/in für Kinder (BYVG). Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Iris Zanders: Yoga Vidya Nordsee

**30.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

ANOY11906

**Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder und Jugendliche (EMYK) Ausbildung Teil 1**

Körper und Geist

**Nur zusammen mit Teil 2 (Supervisions-/Abschluss-/Prüfungswochenende) möglich. EMYK nach Dr. Marcus Stück ist das erste wissenschaftlich standardisierte und evaluierte Kinder-Yogaprogramm in Deutschland. Du lernst, als Kursleiter das 15 Sitzungen umfassende Entspannungstraining mit Yogaelementen (EMYK®) mit Kindern und Jugendlichen anzuleiten. Nach einer Praxisphase wird die Ausbildung mit dem Supervisions-Modul abgeschlossen. Inklusivpreis für beide Teile zusammen.**

Nach dieser Entspannungstrainer Ausbildung kannst du Kindern und Jugendliche helfen, sich mit Yoga zu entspannen und loszulassen. EMYK nach Dr. Marcus Stück ist das erste wissenschaftlich standardisierte und evaluierte Kinder- und Jugendliche Yoga Programm in Deutschland. Diese Yoga Programm existiert mittlerweile als Schul- und als Kindergartenversion. Die Schulversion des EMYK® für 7-16-Jährige wurde 1994-97 am Institut für Psychologie der Universität Leipzig durch Dr. M. Stück entwickelt und wissenschaftlich untersucht. Diese in Kooperation mit dem Zentrum für Bildungsgesundheit (ZfB) angebotene Entspannungstrainer Ausbildung befähigt dich, das Entspannungstraining mit Yoga Elementen (EMYK®) mit Kindern und Jugendlichen anzuleiten.

Du lernst in dieser Entspannungstrainer Ausbildung

- den Aufbau und Inhalt des EMYK
- Yoga
- Meditation
- Atemübungen
- Fantasiereisen
- Massagetechniken
- Sinnesübungen

genau kennen und in 15 Sitzungen anzuleiten.

Mit Handbuch. Du erhältst nach dieser Entspannungstrainer Ausbildung die Berechtigung, EMYK als Gesamtprogramm zu lehren Zugang zu allen wissenschaftlichen Befunden und Artikeln und Logo zur Qualitätssicherung für Bewerbungen bei Krankenkassen und Institutionen.

Nach einer Praxisphase wird die Ausbildung mit einem Supervisions-Modul 2 abgeschlossen. Ausbildungsgebühr für die gesamte Ausbildung (beide Teile). Nur beide Teile zusammen buchbar (Teil 2: 05.-07.05.2017). Mit der Buchung für Teil 1 bist du gleichzeitig auch für Teil 2 angemeldet). Inklusiv Preis für die gesamte Ausbildung im Entspannungstraining (beide Teile).

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation erwünscht. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Mit Prüfung und Zertifikat: "Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder und Jugendliche (EMYK)" des BYVG. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.01.2017-03.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 609€, MZ: 696€, DZ: 807€, EZ: 921€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11746

## Erfolgreiches Projektmanagement mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du reflektierst das Verhalten von Menschen in Projektsituationen. Raja Yoga bietet eine klare Grundlage, mit der du lernst, Konflikte frühzeitig wahrzunehmen und mit Yoga in kreative Energie für dich und das Team zu transformieren. Yogalehrerweiterbildung für psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).**

Du lernst, klassische Konflikte frühzeitig zu erkennen und diese mit Yoga in kreative Energie für dich und das Team zu transformieren. Dies kann auf

Dauer Belastung und Stress im Arbeitsalltag reduzieren und helfen, die Gesundheit aller Beteiligten zu erhalten. Gefordert ist ein systemischer und ressourcenorientierter Arbeitsstil mit klaren Wertvorstellungen, gesundem Arbeitsumfeld und respektvollem Umgang mit anderen. In Einzel- und Gruppenübungen reflektieren wir das arbeits- und projektbezogene Erleben und Verhalten von Menschen in der Arbeitswelt. Wie kannst du die Reaktionen und Verhaltensmuster wahrnehmen und für dich annehmen?

Geschult werden u.a. deine Selbst- und Fremdwahrnehmung, die Wahrnehmung zwischenmenschlicher Energiefelder und die persönliche Handlungskompetenz. Leitfaden sind dabei die Raja Yoga Sutras, die ein klares Regelwerk für den Umgang mit dir SELBST und mit den Anderen (Yamas und Niyamas) enthalten wie auch Handlungsempfehlungen für die persönliche Innenschau und Selbsterfahrung.

Praxis:

- Therapeutisch anwendbare Coaching-Techniken
- Vertiefung und Anwendung deiner Raja Yoga Erfahrungen
- Wahrnehmungsübungen und Achtsamkeitsmeditationen
- Yoga Übungen zur Förderung der Arbeitsmotivation und Arbeitszufriedenheit
- Möglichkeiten der Arbeitsgestaltung und der persönlichen Verhaltensänderung.

In der heutigen stark differenzierten Arbeitswelt stoßen die oftmals hierarchischen Organisationsstrukturen an ihre Grenzen. Projekte verzögern sich oder scheitern, weil die Menschen sich als anonymes Rad im Getriebe wahrnehmen und nicht die notwendige Wertschätzung bekommen oder geben können. Arbeitsunzufriedenheit, Mobbing und psychische Störungen können die Folge sein. Hier bekommst du wirkungsvolle Methoden an die Hand.

Yogalehrerweiterbildung für psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).

· Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY12064

## Erlebnispädagogik Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst die theoretischen Grundlagen der Erlebnispädagogik und ihre praktische Umsetzung anhand von vier Erlebnisfeldern kennen. Ebenso erfährst du den methodisch-didaktischen Aufbau einer Kursstunde und einer Kurssequenz sowie Konzeptionen zur erlebnispädagogischen Raum- und Umgebungsgestaltung. Als Weiterbildungsseminar für Yogalehrer geeignet. Offenheit für Yoga und Spiritualität sind von Vorteil.**

Du lernst in dieser Erlebnispädagogik Ausbildung die theoretischen Grundlagen der Erlebnispädagogik und ihre praktische Umsetzung anhand von vier Erlebnisfeldern kennen. Ebenso erfährst du den Aufbau einer Kursstunde und Konzeptionen der Erlebnispädagogik in Raum- und Umgebungsgestaltung.

Themen der Erlebnispädagogik Ausbildung:

- theoretische Grundlagen der Erlebnispädagogik mit Schwerpunkt auf ihrer praktischen Umsetzung
- gemeinsames Erarbeiten von vier Erlebnisfeldern: Natur und Wald, Stille und Klang, Wahrnehmung und Bewegung, die vier Elemente (Erde, Feuer, Wasser, Luft)
- Förderung des sinnlichen Erlebens der Kinder in diesen Erlebnisfeldern

Du lernst in dieser Yoga Ausbildung unter anderem:

- pädagogische Arbeit mit Naturmaterialien: Mandalas, Musikinstrumente, Bauen eines Barfußpfades, etc.

- Herstellen von Spielen aus Naturmaterialien
- pädagogische Arbeit mit Stille und Klang: Klangspiele und -Massagen, Stilleübungen, meditative Spiele - Experimente mit den vier Elementen
- Yoga- und Feldenkrais-Übungen für Kinder

Mit dieser Yoga Ausbildung kannst du:

- als Kursleiter/in in Kindergärten, Schulen, Familien- und Jugendzentren tätig werden
- Eltern-Kind- bzw. Mutter-Kind-Kurse leiten
- Seminare und Fortbildungen für pädagogisches Fachpersonal, Eltern und interessierte Laien durchführen
- pädagogische Einrichtungen zur erlebnispädagogischen Raum- und Umgebungsgestaltung beraten

Teilnahmevoraussetzung für die Erlebnispädagogik Ausbildung: Offenheit für Yoga und Spiritualität.

Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Zertifikat: "Erlebnispädagogik Ausbildung (BYVG)".

· Iris Zanders: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12028

## Fantasiereisen Kursleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne Fantasiereisen anzuleiten, selbst zu schreiben, Teilnehmer in tiefe Entspannung zu führen und ihr kreatives Potential zu entdecken und zu entfalten. Wenn du Therapeut/in bist, kannst du Fantasiereisen auch gezielt zur Bearbeitung bestimmter Lebensthemen einzusetzen.**

Du möchtest Menschen mit Fantasiereisen in tiefe Entspannung führen? In dieser Fantasiereisen Ausbildung erfährst du, wie du und deine Teilnehmer kreatives Potential entdecken und entfalten könnt und wie du deine Teilnehmer in die Entspannung hineinführen kannst.

In dieser Fantasiereisen Ausbildung lernst du:

- Entspannung mit Fantasiereisen
- die Fantasiereise zur Entwicklung von Kreativität
- Aufbau von inneren Bildern
- Einleitung/Induktion der Entspannung
- Rückkehr in die Realität
- Muster
- Fantasiereisen
- Fantasiereisen frei und ansprechend anleiten
- Unterrichtsdidaktik, Kursaufbau, Workshops
- Fantasiereisen selber schreiben
- Sprache und Gestaltung von Fantasiereisen
- Fantasiereisen von anderen der Entspannung dienlichen Texten zu unterscheiden

- Geschichten als Fantasiereisen einsetzen

Fantasiereisen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Sie führen in tiefe Entspannung. Du kannst sie nach dieser Ausbildung anbieten, zum Beispiel in Fitnessstudios, Volkshochschulen, Schulen, mit Kindern und Erwachsenen, in Wellness- und Saunalandschaften, in Kliniken und Kurbetrieben.

Teilnahmevoraussetzungen für die Fantasiereise Ausbildung: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich.

Prüfung und Zertifikat der Ausbildung: Praktische Anleitung von Fantasiereisen in der Gruppe unter Supervision während der Ausbildung. Schriftliche Abschlussarbeit.

Zertifikat „Fantasiereisen Kursleiter/in BYVG“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Susanne Sirringhaus: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12185

## Fastenkursleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Werde als Fastenkursleiter aktiv! Du kannst Fastenkuren am Wohnort oder im Urlaub anbieten, mit Ärzten, Kurkliniken oder Wellnesshotels kooperieren u.a. 1. Woche Theorie, 2. Woche Praxis Fastenwoche. Beschreibung s. S. xx.**

Fasten ist eine uralte Methode zur Entgiftung und Entschlackung des Körpers und zur Freisetzung neuer Lebensenergien. Bei Yoga Vidya gibt es die Möglichkeit eine Fastenkursleiter Ausbildung zu besuchen. In dieser Fastenkursleiter Ausbildung erfährst du, wie Fasten hilft, Zivilisationsleiden zu lindern, innere Klarheit zu entwickeln und neue positive Lebens- und Ernährungsgewohnheiten zu stabilisieren.

Das Fasten für Gesunde, das wir in dieser Fastenkursleiter Ausbildung vermitteln, basiert auf dem Fasten nach Buchinger, das sich im Wesentlichen mit dem Fasten der Yoga Tradition deckt. Von einem bis mehrere Tage oder sogar Wochen nimmt man beim Fasten nur flüssige Nahrung zu sich, wie Kräutertees, Säfte und frisch zubereitete Gemüsebrühe.

In der Fastenkursleiter Ausbildung erfährst du, dass das Fasten auf bestimmte Weise vorbereitet wird. Das Fasten sollte von Reinigungspraktiken begleitet werden. Als Fastenkursleiterin kannst du selbstständig tätig werden, du kannst mit Einrichtungen der Erwachsenenbildung kooperieren, wie VHS und Familienbildungsstätten, mit Ärzten, Kurverwaltungen, Kliniken und Wellnesshotels.

Inhalte und Themen der Fastenkursleiter Ausbildung:

- Physiologie des Fastens
- Physiologie des Darmes
- Geistig seelische Aspekte
- Esskultur und Lebensordnung
- Lakto-vegetarische-Vollwertküche
- Fasten brechen

- Methodik der Gruppenleitung» Bewegung und Entspannung
- Praktische Durchführung versch. Reinigungs- und Ausleitungstechniken
- Yoga Kriyas
- Bewegung an der frischen Luft, Saunabesuch

Teilnahmevoraussetzung für die Fastenkursleiter Ausbildung: Etwas Erfahrung mit Fasten. Offenheit auch für Yoga, Spiritualität und neue Erfahrungen.  
Ca. 168 Unterrichtseinheiten.

Prüfung/Zertifikat: Schriftliche Abschlussarbeit. Zertifikat. "Fastenkursleiter/in (BYVG)"

· Sharima Steffens, Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12117

## Faszien Bodywork mit Yin Yoga

Körper und Geist

**Erfahre die faszinierende Funktion der Faszien als flexibles Bindegewebenetzwerk, welches alle Körperorgane, Muskeln und Gelenke umhüllt. Sie werden dem Yin Prinzip zugeordnet und durch längeres Halten von Yogapositionen mit Hilfsmitteln und wenig Muskelaktivität passiv gedehnt und stimuliert. Das führt zu mehr Beweglichkeit, Energie und Wohlbefinden. Ergänzt durch aktive Übungen mit einer Faszienrolle wird dein Körper auch in seiner Entgiftung unterstützt.**

Erfahre die faszinierende Funktion der Faszien als flexibles Bindegewebenetzwerk, welches alle Körperorgane, Muskeln und Gelenke umhüllt. Bei chronischem Stress, einseitiger Belastung oder gar Bewegungsmangel können diese Faszien verkleben oder verdicken, was die Beweglichkeit einschränkt und Schmerzen verursachen kann. Mit Unterstützung von Hilfsmitteln wie Kissen, Blöcke und Gurte werden Yogapositionen länger und mit wenig oder keiner Muskelaktivität gehalten. Die Faszien werden so passiv gedehnt, stimuliert und wieder geschmeidig gemacht. Gerade häufige unspezifische Rückenprobleme können effektiv gelindert oder sogar beseitigt werden. Du profitierst langfristig von mehr Beweglichkeit, Energie und verbessertem Wohlbefinden von Körper und Geist. Ergänzt durch aktive Übungen mit einer Faszienrolle wird dein Körper auch in seiner Entgiftung unterstützt.

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12206

## Faszien Yoga Trainer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Hier lernst du, deinen Yoga-Unterricht fasziengerecht anzupassen, d.h., besonders das muskuläre Bindegewebe zu trainieren. Mit praktischen Beispielstunden, Übungsabfolgen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Faszienforschung. Ideal auch als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken.**

In der Faszien Trainer Ausbildung lernst du, wie eine spezifische Faszien Yoga Praxis aussehen kann. Dazu soll dein Yoga Unterricht mit speziellen Faszien Yoga Übungsfolgen (Asanas) an die Yoga Vidya Reihe angepasst werden. In dieser Faszien Trainer Ausbildung erfährst du, dass Faszien Yoga ideal als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken ist. Du lernst in dieser Faszien Trainer Ausbildung, dass Faszien, das muskuläre Bindegewebe, an jeder Bewegung beteiligt sind. Ein gut trainiertes Bindegewebe ist elastisch und zugleich reißfest und kräftig. Sind die Faszien nicht "verfilzt" bleiben wir beweglich und geschmeidig. Daher lohnt es sich, den Schwerpunkt der Yoga Praxis öfter auf die Faszien zu legen. Genau das lernst du in dieser Faszien Trainer Ausbildung bei Yoga Vidya. Spannende wissenschaftliche Erkenntnisse in Theorie und Praxis fließen mit ein.

Du lernst in der Faszien Trainer Ausbildung:

- deinen Yoga Unterricht fasziengerecht(er) zu gestalten
- sinnvolles Faszientraining
- Faszien Yoga Beispielstunden
- Konzeption von Yoga Vidya Faszien Yoga Stunden

Themen der Faszien Trainer Ausbildung:

- Neue Erkenntnisse aus der Faszien Forschung
- Wie wird Bindegewebe kräftig und belastbar?
- Wie bleibt Bindegewebe bis ins Alter geschmeidig und elastisch?
- Faszien als unser größtes Sinnesorgan
- das neue Modell vom Körpernetzwerk („Tensegrity“)
- die 4 Teile des myofaszialen Trainings: Beleben-Dehnen-Federn-Spüren
- praktisches Üben und Erleben der vier Teile des Faszien Yoga
- fasziengerechte Variationen und Abwandlung der Yoga Vidya Grundreihe
- sinnvolle Übungsabläufe des Faszien Yoga und Integrationsmöglichkeiten in deinen Yoga Unterricht

Teilnahmevoraussetzung für die Faszien Trainer Ausbildung bei Yoga Vidya: Yogalehrer Ausbildung und systematische eigene Yoga Praxis. Keine akuten Beschwerden. Bitte Tennisball und evtl. eine Faszienrolle mitbringen.

Prüfung/Abschluss/Zertifikat der Faszien Trainer Ausbildung: Schriftliche Dokumentation und praktische Ausarbeitung einer kurzen Faszien Yoga Reihe. Zertifikat „Faszien Yoga Trainer/in (BYV)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Brigitta Kraus: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.04.2017-05.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlaflsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11864

· Brigitta Kraus: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**24.09.2017-29.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12100

## Faszientraining mit Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne verschiedene Techniken aus dem Faszientraining kennen, um das Bindegewebe (Faszien) das die Muskeln, Organe und Knochen umhüllt, geschmeidig und elastisch zu machen und integriere sie in deinen Yogaunterricht um so Beweglichkeit und Wohlbefinden zu fördern. Viele praktische Tipps und Übungen. Bitte Faszienrolle mitbringen.**

Die medizinische Forschung hat in den vergangenen Jahren die Bedeutung von Faszientraining durch Yoga wissenschaftlich nachgewiesen (Faszien = Bindegewebsnetzwerk). Verklebungen in den Faszien können die Beweglichkeit einschränken und erhöhen so das Risiko von Verletzungen und Schmerzen. Diese Yogalehrer Weiterbildung ist für Menschen, die Yoga unterrichten und Faszien ansprechen wollen. Erlebe durch ein gezieltes Yoga Faszientraining mehr Geschmeidigkeit, Flexibilität und Wohlbefinden. Lerne, was Faszien sind, wie sie mit Hatha Yoga trainiert werden können und wie du diese Impulse in deinen Yoga Unterricht integrieren kannst.

Methoden für Faszientraining:

Fascial Release (Ausrollen mittels Ball, Faszienrolle)

Faszien Stretch (dynamische, elastische Dehnungen)

Sensorische Körperwahrnehmung

Mit vielen praktischen Tipps und Übungen.

Bitte Faszienrolle mitbringen.

Teilnahmevoraussetzung für die Weiterbildung: Yogalehrer Ausbildung.

· Claudia Bauer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11797

· Brigitta Kraus: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11877

· Claudia Bauer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11926

· Claudia Bauer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12070

## Finde deinen Focus - nutze deine Ressourcen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst in angeleiteten Meditationen, deinen persönlichen Focus zu finden und deine Ressourcen zu erkennen. Du bekommst Methoden und Werkzeuge, um mit schwierigen Situationen yogisch umzugehen. Anerkannter Baustein für Psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).**

Im täglichen Leben stellst du dich vielen Herausforderungen und versuchst die Dinge „unter einen Hut“ zu bringen. Deine Arbeit machst du trotz der Arbeitsverdichtung so gut es eben geht und auch die Familie stellt ihre berechtigten Anforderungen an dich. Manchmal fühlst du dich ausgelaugt und dein Energieniveau sinkt. Bei deiner Yogapraxis erkennst du, dass da mehr Potenzial ist und du suchst nach Wegen, dieses Potenzial zu heben und in deinen Alltag zu integrieren.

In diesem Workshop lernst du in angeleiteten Meditationen, deinen persönlichen Focus zu finden und deine Ressourcen zu erkennen. Du bekommst Methoden und Werkzeuge an die Hand, die dir helfen mit schwierigen Situationen des beruflichen und privaten Alltags auf yogische Art und Weise umzugehen und diese Situationen für dich und für andere zu verbessern.

So entwickelst du dich zu deinem persönlichen Coach und kannst mit der Zeit dieses Wissen auch mit anderen teilen. Als YogalehrerIn oder CoachIn bekommst du neue Inspirationen für deine Aufgabe in dieser Welt. Anerkannter Baustein für Psychologische Yogatherapie und Hochschulzertifikatslehrgang (ZLG).

· Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11825

## Fußreflexzonen-Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Sich selbst und andere behandeln und überraschende Veränderungen erfahren: diese Massagetechnik ist vielfältig einsetzbar. Für Laien sowie in Heil- oder Pflegeberufen Tätige geeignet. Anerkannter Baustein der Ganzheitlichen Massage Therapie Ausbildung.**

Die Fußreflexzonenmassage Ausbildung ist in dieser Form eine einmalige Ausbildung, die von Bhajan G. Noam entwickelt wurde. Sie verbindet die besten traditionellen westlichen und östlichen Methoden der Fußreflexzonenmassage zu einer hoch wirksamen Therapie und Wellnessmethode.

In dieser Fußreflexzonenmassage Ausbildung wird dem Behandler ein breites Spektrum an ganzheitlichen Zugangsmöglichkeiten zum Klienten eröffnet. Die Füße gelten seit alters her als Spiegelbild des Menschen. In dieser Ausbildung werden bei Padasevana, der ganzheitlichen Fußreflexzonenmassage nach Bhajan G. Noam, neben der Behandlung der klassischen Organzonen die transformatorischen Kräfte der Marmapunkte genutzt, Prana aktivierende Griffe eingesetzt und spezielle Energiepunkte stimuliert, die Chakratätigkeit reflektorisch harmonisiert und die Heilkräfte spezieller Edelsteine und Öle gezielt eingesetzt.

Eine zentrale Rolle spielt bei dieser Fußreflexzonenmassage Ausbildung die meditative Haltung der/des Behandelnden und das Fließen der Herzenergie. Dieses Bewusstsein zu wecken und aufrechtzuerhalten, ist Teil der Fußreflexzonenmassage Ausbildung.

Grundwirkungen der Fußreflexzonenmassage:

- Entspannung, Wohlfühl und ruhiger Schlaf
- Stärkung des Immunsystems
- Allgemeine Vitalisierung
- Entschlackung und Entgiftung des Körpers
- Körperliche und psychische Entstressung
- Verbesserung der Durchblutung
- Harmonisierung der gesamten Organtätigkeit und des Energiesystems - Entkrampfung, Entlastung und Entmüdung von Muskulatur und Gelenken
- Schmerzlinderung
- Sucht- und Entzugsmilderung (Koffein, Nikotin, Alkohol u.a.)
- Umstimmung des Organismus, der Psyche und des Geistes zum Positiven
- Anregung des kreativen Potentials im Menschen. Darüber hinaus spezifische Wirkungen im körperlichen wie im seelisch/geistigen Bereich möglich.

Die 6 Wirk- und Einsatzbereiche der Fußreflexzonenmassage:

- Wellness/Entspannung
- Vorbeugung
- Heilung
- Linderung
- Regeneration
- Rückbindung an die spirituelle Kraft, die alles trägt und lenkt

Themen der Fußreflexzonenmassage Ausbildung im 1. Teil:

- Anatomie, Physiologie, Lage der Zonen, Sicht und Tastbefundung
- Grund- und erweiterte Grundbehandlung
- Ganzheitlich wirkende Systeme: Zonen der Statik, Lymph- und Hormonzonen
- Umgang mit Schmerzen
- Äußere und innere Haltung bei der Behandlung
- die energetische, psychische und geistige Ursache funktioneller Störungen und organischer Erkrankungen
- erweiterte Grifftechniken und vorbereitende Griffe

Bereits nach dem 1. Teil der Fußreflexzonenmassage Ausbildung können Klienten/Patienten erfolgreich behandelt werden.

Themen der Fußreflexzonenmassage Ausbildung im 2. Teil:

- Konstitutionsbezogene Behandlung
- die Kunst der 15 Prana aktivierenden Griffe
- die Geheimnisse der 32 Marmapunkte am Fuß
- Chakrazonen, Meridiane, Akupressurpunkte
- die Wirbelsäule, Craniosakrale Reflexzonen-Massage
- Edelsteinmassage, Heilöle und Bäder
- Östliche Philosophie und Gesundheitslehre
- Körperbewusstsein und Wahrnehmungsschulung
- Gesundheitspraktik statt Krankheitsbekämpfung
- die emotionalen Entwicklungsphasen und deren Störungen im Spiegel der Füße

Teilnahmevoraussetzungen für die Fußreflexzonenmassage Ausbildung: gute körperliche Kondition und psychische Stabilität. Es wird sehr empfohlen, einen Basis-Wochenendkurs in Fußreflexzonenmassage als Vorbereitung für die Ausbildung zu besuchen.

Die praxisbezogene Ausbildung ist geeignet für Laien, für in Heil- und Pflegeberufen sowie im Wellnessbereich Tätige, für Yoga Praktizierende und Yoga Lehrende und alle, die sich beruflich umorientieren möchten und eine sinnvolle, dem Menschen nützende Aufgabe suchen.

Bitte weiße oder helle Kleidung, Schreibmaterial und Buntstifte mitbringen. Während der gesamten Zeit der Fußreflexzonenmassage Ausbildung wird ein Tagebuch geführt, um den eigenen Entwicklungsprozess zu reflektieren und um Behandlungsverläufe festzuhalten.

Prüfung/Zertifikat: Ca. 120 Unterrichtseinheiten. Die Fußreflexzonenmassage Ausbildung schließt mit einer praktischen und schriftlichen Abschlussarbeit. Bei vollständiger Teilnahme an beiden Ausbildungseinheiten erhältst du ein vom Berufsverband der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten (BYVG) anerkanntes Zertifikat.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-05.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 120 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11955

## Fußreflexzonen-Massage Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Sich selbst und andere behandeln und überraschende Veränderungen erfahren: diese Massagetechnik ist vielfältig einsetzbar. Für Laien sowie in Heil- oder Pflegeberufen Tätige geeignet. Zertifikat für die Ganzheitliche Massage Therapie Ausbildung anerkannt. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.**

Diese Fußreflexzonenmassage Ausbildung verbindet westliche und asiatische Ansätze der Fußreflexzonenmassage zu einer eigenständigen, tief greifenden Behandlungsmethode. Die Füße sind ein Spiegelbild des Menschen und haben symbolische Bedeutung dafür, wie wir im Leben stehen und

durchs Leben gehen.

In der ganzheitlichen Behandlungsweise der Fußreflexzonenmassage werden neben den klassischen Organzonen Energiepunkte stimuliert, Meridiane aktiviert, Marmapunkte behandelt und besondere Atemgriffe eingesetzt.

Eine zentrale Rolle spielt bei dieser Fußreflexzonenmassage Ausbildung die meditative Haltung der/des Behandelnden und das Fließen der Herzenergie.

Die ganzheitliche Fußreflexzonenmassage hat folgende sechs Grundwirkungen:

1. Entspannung des vegetativen Nervensystems
2. Auflösung energetischer Blockierungen
3. Entschlackung/Entgiftung
4. Verbesserung der Durchblutung
5. Harmonisierung der Organtätigkeit durch die Massage
6. Stärkung des Immunsystems

Darüber hinaus können spezifische Wirkungen sowohl im körperlichen als auch im seelischen Bereich erzielt werden.

Themen der Fußreflexzonenmassage Ausbildung Teil 1:

- Einüben des "Grund-Behandlungsschemas"
- Fußanatomie
- Lage der Organzonen
- Umgang mit Schmerzen
- das Ertasten belasteter Zonen
- die energetische Ursache funktioneller und organischer Erkrankungen
- äußere und innere Haltung bei der Behandlung
- Basiskonzepte in Anatomie und Physiologie

2. Teil der Fußreflexzonenmassage Ausbildung:

- Weitere Grifftechniken
- das Erstellen einer Befundaufnahme vor der Massage
- Was ist ganzheitliche Behandlung?
- Verschiedene ganzheitliche Ansätze innerhalb der Fußreflexzonenmassage-Praxis
- Narbenentstörungen
- Begleitendes Gespräch
- Heilwirkung von Edelsteinen und Ölen

Einsatzmöglichkeiten nach der Fußreflexzonenmassage Ausbildung:

- ohne therapeutische Ausbildung zur Vorbeugung im Entspannungs- und Wellnessbereich, privat, ergänzend zu Fußpflege und Kosmetik, in Hotels, Wellness-Einrichtungen, ergänzend zu anderen Entspannungsmethoden
- in der Physiotherapie auf Verordnung oder als vorbeugende Entspannungsmethode
- in der Naturheilpraxis als ganzheitliche Behandlungsmethode bei allen organischen Störungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates.
- zur Prophylaxe, in der Rehabilitation und als Diagnosemöglichkeit
- in Pflegeheimen, Krankenhäusern und Kuranstalten, in der Psychosomatik, Hebammenpraxis u.v.m.

Teilnahmevoraussetzungen für die Fußreflexzonenmassage Ausbildung: Offenheit auch für Yoga, Meditation und Spiritualität. Die Fußreflexzonenmassage Ausbildung ist geeignet für Laien wie auch für in Heil- und Pflegeberufen sowie im Wellnessbereich Tätige, für Yoga Praktizierende und Yoga Lehrende.

Bitte weiße (oder helle) Kleidung, Schreibmaterial und Buntstifte mitbringen.

Abschluss mit Zertifikat: Selbstreflektierende schriftliche Abschlussarbeit. Ausbildungsgebühr für beide Teile der Fußreflexzonenmassage Ausbildung. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Ca. 120 Unterrichtseinheiten gesamt.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.02.2017-10.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11756

## Ganzheitliche Gesundheit mit Yoga

Körper und Geist

**Gesundheit ist unser höchstes Gut. Willst du bis ins hohe Alter gesund leben, beginne jetzt oder, wenn du schon sehr bewusst lebst, hole dir neue Ideen und Anregung für ein systematischen gesunden Lebensstil. Yoga bietet eine Menge an Heilwirkungen und zur Vorbeugung. Themen u.a.: Ernährung, Sport, Yoga (Asanas). Stressvermeidung, Entspannung, Pranayama. Umgang mit Gefühlen, geistige Einstellung. Meditation, Einssein. Für alle Themen bekommst du praktische Beispiele an die Hand, um sie direkt in dein Leben einfließen lassen zu können.**

Gesundheit ist unser höchstes Gut. Willst du bis ins hohe Alter gesund leben, beginne jetzt oder, wenn du schon sehr bewusst lebst, hole dir neue Ideen und Anregung für ein systematischen gesunden Lebensstil. Dabei geht es nicht nur darum, Fehler zu vermeiden, sondern dem Leben die richtige Richtung zu geben, damit Krankheiten gar nicht erst entstehen, Leid vermieden und ein glücklichen Leben möglich wird. Yoga bietet eine Menge an Heilwirkungen und zur Vorbeugung. Themen u.a.: körperliche Gesundheit: Ernährung, Sport, Yoga (Asanas). Geistige Gesundheit: Stressvermeidung, Entspannung, Pranayama. Emotionale Gesundheit: Umgang mit Gefühlen, geistige Einstellung. Spirituelle Gesundheit: Meditation, Einssein. Für alle Themen bekommst du praktische Beispiele an die Hand, um sie direkt in dein Leben einfließen lassen zu können.

· Mona Henss, Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11731

## Ganzkörpermassage Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne die intuitive Ganzkörpermassage systematisch kennen, dazu einige Massagetechniken, die schnell erlernbar sind und gute Wirkungen zeigen. Bei der gegenseitigen Massage sammelst du sehr viel praktische Erfahrung, die du direkt an Klienten weiter geben kannst. Schwerpunkt liegt in der Praxis, weniger in der theoretischen Wissensvermittlung.**

Lerne in dieser Massage Ausbildung die intuitive Ganzkörpermassage systematisch kennen. In dieser Massage Ausbildung lernst du Massage Techniken,

die gute Wirkungen zeigen. Alte Blockierungen und Verspannungen lösen sich nach dieser Ganzkörpermassage und vitale Energien beleben den Organismus. Der Körper wird durch die Ganzkörpermassage energetisch genährt und hat es leichter wieder ins Gleichgewicht zu kommen. Bei der gegenseitigen Ganzkörpermassage sammelst du in dieser Massage Ausbildung sehr viel praktische Erfahrung, die du nach der Ausbildung direkt an Klienten weiter geben kannst. Schwerpunkt der Massage Ausbildung liegt in der Praxis, weniger in der theoretischen Wissensvermittlung. Ca. 81 Unterrichtseinheiten.

Die Workshops, Vorträge, Meditationen und Yogastunden sind weitgehend auf das jeweilige Ausbildungsthema abgestimmt.

06.00-07.00h Pranayama (freiwillig),

07.00-ca. 08.05h Satsang: Meditation, Mantra-Singen, Lesung,

Ca. 08.05-09.00h Vortrag/Workshop,

09.15-11.00h Yogastunde,

11.00h Brunch; Mithilfe ca. 45 Minuten; Freizeit/Studienzeit.

14.00/14.30h-18.00h Vortrag, Workshop/Massage oder Anwendungen bzw. Yogastunden,

18.00h Abendessen,

20.00-21.00h Satsang: Meditation, Mantra-Singen,

21.00-22.00h Vortrag/Workshop oder Studienzeit (je nach Ausbildung).

Geringfügige Abweichungen möglich, je nach Ausbildung. Voraussetzung für das Zertifikat ist die Teilnahme an all diesen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yogastunden.

· Angelika Fischer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12093

## Gedächtnis-Training Kursleiter/in Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne für dich selbst und für deine künftige Rolle als Trainer/in wirkungsvolle Techniken und Strategien zur Optimierung der Gehirnleistungen kennen und anwenden. Bitte Ausbildungsbroschüre anfordern.**

Ein gutes Gedächtnis ist im Alltag sehr wichtig. In dieser Gedächtnistraining Ausbildung kannst du lernen, wieder aufmerksam und konzentriert bei der Sache zu sein. In dieser Gedächtnistraining Ausbildung lernst du für dich selbst und für deine künftige Rolle als Trainer/in wirkungsvolle Techniken und Strategien zur Optimierung der Gehirnleistungen kennen und anwenden. Regelmäßiges Gedächtnistraining führt zu mehr Lebensqualität, verhindert Aus-Powern und Burn-out, macht stressresistenter und entfaltet die Freude am eigenen Potenzial.

Inhalte und Themen der Gedächtnistraining Ausbildung:

- Theorie und Praxis eines ganzheitlichen Gedächtnistrainings
- die zwei Gehirnhälften (Hemisphären) und der sie verbindende Balken (corpus callosum); links/rechts, männlich/weiblich, analytisch/kreativ
- Gedächtnissysteme: implizit, explizit
- Informationsverarbeitungssystem: Ultrakurz-, Kurzzeit- und Langzeitgedächtnis, Bedeutung des limbischen Systems für das LZG, Enkodieren, Dekodieren

- Wie funktioniert Lernen? Lerntypen, Memotechniken (Erinnerungshilfen)
- Störfaktor Stress, Wahrnehmung und Umgang
- Trainingsziele kennenlernen: Wahrnehmung, Aufmerksamkeit, Konzentration, Koordination, Merkfähigkeit, Wortfindung, Denkflexibilität, Logisches Denken, Fantasie und Kreativität, Assoziieren, Zusammenhänge erkennen, Stressbewältigungsstrategien
- Kursgestaltung und Unterrichtsdidaktik: Wie gestalte ich eine Trainingseinheit?

Du bekommst in dieser Gedächtnistraining Ausbildung Anregungen für:

- den Aufbau von Gruppen
- Akquise, Werbung, Bekanntmachungsstrategien, Pressearbeit

Mit dieser Gedächtnistraining Ausbildung kannst du

- Gedächtnistraining Kurse, offene Angebote und Workshops anbieten für unterschiedliche Zielgruppen: Berufstätige, Senioren, Altenheimbewohner/innen, etc.
- Gedächtnis-Trainingsgruppen leiten
- deine berufliche Qualifikation erhöhen
- deine Yogapraxis bereichern

Du lernst in dieser Gedächtnistraining Ausbildung folgende Techniken anzuleiten:

- entspannten Stundenauftakt erzeugen
- Aufmerksamkeit und Konzentration der Teilnehmer/innen gewinnen
- Trainingsziele in konkrete Übungen umsetzen
- alltagstaugliche Übungen für zwischendurch
- Memotechniken (Erinnerungshilfen)
- Auflockerungs- und Kurzentspannungs-Techniken für zwischendurch
- Anleiten und Führen von Gruppen

Teilnahmevoraussetzung für die Gedächtnistraining Ausbildung: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung/Zertifikat der Ausbildung: Praktische Lehrprobe im Rahmen des Unterrichts in Kleingruppen. Schriftlicher Abschlusstest. Zertifikat „Kursleiter/in Gedächtnistraining (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Waltraud Keller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11898

## Geistestraining und buddhistische Meditation

Körper und Geist

Buddhistische Einsichten und Methoden für Bewusstheit und Lebensfreude

Ein offenes Angebot für alle, die sich mit ihrem Geist beschäftigen und für sich neue Erkenntniswege öffnen möchten. Aufbauend auf Übertragungen von authentischen Belehrungen tibetischer Lehrer und in Auseinandersetzung mit buddhistischen Schriften und medialen Dokumenten finden wir Möglichkeiten der Umsetzung im europäischen Alltag. Je nach Erfahrungsstand und Zusammensetzung der Gruppe werden einfache und alltagstaugliche Techniken und Meditationen vermittelt.

Reinhard Rechungpa Kreckel · Gordana Simundza: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**03.01.2017-19.12.2017.** di. 19.00-22.00h. - Kurs. 160 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12264

## Gelassenheit entwickeln

Körper und Geist

**Möchtest du gelassener durchs Leben gehen? Du erlernst machtvolle Techniken, um inmitten einer Welt voller Veränderungen und inmitten der Höhen und Tiefen des Lebens gelassen zu leben. Mit speziellen Blitz-Entspannungstechniken, Atemtechniken für den Alltag. Mit Strategien und Übungen, um emotionelle Energie zu nutzen ohne von ihr überwältigt zu werden, für den Umgang mit Schuld und Ungerechtigkeit, Selbstakzeptanz und Selbstliebe und für praktische Nächstenliebe im Alltag.**

Möchtest du mit mehr Gelassenheit durchs Leben gehen? Machtvolle Techniken aus dem Yoga, um im Alltag inmitten einer Welt voller Veränderungen und inmitten der Höhen und Tiefen, die das Leben mit sich bringt, gelassen zu leben. Gelassenheit hilft, Leid zu vermeiden und sich vorzubereiten auf die Selbstverwirklichung. Gelassenheit im Yoga zählt zu den vier Haupteigenschaften eines Schülers auf dem Weg zu Samadhi, zur wahren Erkenntnis. Gelassenheit ist Mittel und Indiz für die Verwirklichung des Höchsten.

Du lernst:

- \* spezielle Blitz-Entspannungstechniken
- \* Yoga Atmungstechniken für den Alltag
- \* emotionelle Energie nutzen ohne von ihr überwältigt zu werden
- \* Umgang mit Schuld und Ungerechtigkeit
- \* Selbstakzeptanz und Selbstliebe
- \* Praktische Nächstenliebe im Alltag. Von besonderer Bedeutung ist das Bewusstwerden des Göttlichen im Alltag. Eine machtvolle Übung dafür ist "Bewusstheit hoch drehen - gelassen leben".

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Sukadev Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12172

## Gesang und Stimmbildung

Körper und Geist

**Jeder kann singen; diese Fähigkeit ist uns angeboren. Bei vielen Menschen ist sie jedoch im Laufe des Lebens in Vergessenheit geraten oder nicht richtig ausgebildet worden. Jeder kann es lernen. Alles was man braucht ist Mut und die richtige Methode. Lerne Übungen kennen, deine Singstimme zu entdecken und zu entwickeln: Entspannung, Atemvertiefung, Stimmerweckung, Resonanz, Tonumfang, Stimmkräftigung und Stimmansatz. Sing gemeinsam in der Gruppe.**

Möchtest du etwas tun, damit deine Stimme sich frei entfalten kann und gleichzeitig Yoga üben? An diesem Wochenende wirst du viel über Stimmbildung und Gesang erfahren und natürlich Yoga praktizieren. Du wirst den Zusammenhang von Stimme und Stimmung kennen lernen und evtl. verstehen, warum dir das Singen schwer fällt. Für Gesang und Stimmbildung braucht es kontinuierliches Üben, genau wie beim Yoga. Die Fähigkeit zu singen ist uns angeboren, aber ob wir sie entwickelt haben liegt an uns. Die richtige Methode kannst du in diesem Seminar für Gesang und Stimmbildung lernen. Wir singen in der Gruppe: Volkslieder, Gospels, Kanons, Mantras, Lieder die das Herz öffnen und die man gut in der Gruppe singen kann. Täglich Yoga Stunden, Meditation und Mantra-Singen.

· Thomas Hundsalz: Yoga Vidya Nordsee

**11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 159€, MZ: 186€, DZ: 226€, EZ: 268€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12021

· Thomas Hundsalz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12169

· Thomas Hundsalz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12208

## Gesang und Stimmbildung intensiv

Körper und Geist

**Die Fähigkeit zu singen ist dir angeboren; mit Fleiß, Mut und Enthusiasmus kann es jeder lernen. Mit der Übung wächst die Begeisterung und Freude. Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten dich auf die Stimmbildung vor. Wir singen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras.**

Die Fähigkeit zu singen ist jedem angeboren und jeder kann es lernen. Dabei kommt es nicht nur auf Talent und Fleiß sondern vor allem auf Mut und Enthusiasmus an. Begeisterung und Freude stellen sich beim Singen ein und du erlebst, wie gut es dir tut. Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten deinen Körper auf die Stimmbildung vor. Wir singen zusammen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras. Dieses Intensiv-Wochenende bietet auch ausreichend Zeit auf jeden Einzelnen einzugehen.

· Thomas Hundsalz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**02.06.2017-05.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11918

**Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten dich für die Stimmbildung vor. Mit der Übung wächst die Begeisterung und Freude und du erlebst, wie gut es dir tut. Wir singen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras. Es ist auch ausreichend Zeit, auf jeden Einzelnen einzugehen.**

Die Fähigkeit zu singen ist jedem angeboren und jeder kann es lernen. Dabei kommt es nicht nur auf Talent und Fleiß sondern vor allem auf Mut und Enthusiasmus an. Begeisterung und Freude stellen sich beim Singen ein und du erlebst, wie gut es dir tut. Entdecke die Kraft in deiner Stimme und finde den Zugang zu deiner Musikalität. Atem- und Entspannungsübungen bereiten deinen Körper vor für die folgende Stimmbildung. Wir singen zusammen in der Gruppe Volkslieder, Kanons und Mantras. Dieses Intensivwochenende bietet auch ausreichend Zeit, auf jeden Einzelnen einzugehen.

· Thomas Hundsalz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.02.2017-27.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11775

## Gesichtsdiagnose Ausbildung

Körper und Geist

**Die Augen sind der Spiegel der Seele! Aber was verraten eigentlich Haut, Haare, Stirn, Wangen, Nase, Mund und Kinn über den Zustand des Körpers? Du lernst zu erkennen, ob du bzw. dein Klient gesund bist/ist oder ob der Organismus an bestimmten Stellen aus der Balance geraten ist.**

Übe aus dem Gesicht eines Menschen Rückschlüsse auf seine Veranlagung und Befindlichkeit zu ziehen. In der Gesichtsdiagnose Ausbildung lernst du, dass das Gesicht hilfreiche Informationen für eine Beratung, Hinweise auf Erkrankungen, momentane Stimmungen und ungesunde Lebensweisen liefern kann. Die Gesichtsdiagnose wird auch Antlitz Diagnostik genannt.

In dieser Gesichtsdiagnose Ausbildung lernst du anhand vieler Bilderbeispiele Schritt für Schritt, wie man eine Gesichtsdiagnose erstellen kann. Während der Ausbildung üben sich die Teilnehmer gegenseitig im Gesichtslesen. Gleichzeitig kannst du während der Ausbildung in den Yoga Stunden Hatha Yoga üben.

Inhalte der Ausbildung sind u.a.:

- die Reflexzonen des Gesichts
- die Zuordnung der Reflexzonen zu Organen
- Deutung und Rückschlüsse aus der Form des Gesichts, Stellung der Augen, Form des Mundes und der Nase, Farbnuancen, Rötungen, Flecken etc.
- Praktische Gesichtsdiagnose während der Ausbildung
- Yoga Stunden, Meditation und Mantra-Singen.

Teilnahmevoraussetzung für die Ausbildung: Offenheit für Yoga und Spiritualität.

Mit Zertifikat. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Eric Vis Dieperink: Yoga Vidya Nordsee

**08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12115

## Gesichtsmassage Ausbildung

Körper und Geist

**Der Schwerpunkt dieser Ausbildung liegt in der Praxis, so dass du damit arbeiten und diese Massagen anwenden und anbieten kannst. Es werden Reflexpunkte massiert, Muskeln gelockert und tiefe Entspannung erlebt.**

Interessierst du dich für Gesichter und deren Ausdruck? In dieser Gesichtsmassage Ausbildung beschäftigen wir uns damit. Mit der Gesichtsmassage können wir Menschen helfen, den Gesichtsausdruck weicher und harmonischer werden zu lassen. Bei dieser speziellen Gesichtsmassage, die du in dieser Ausbildung lernst, können Menschen in den Alpha-Zustand kommen, wo der Organismus sich neu ordnen kann und wodurch sich allein schon viele Blockaden auf den verschiedenen Ebenen lösen können. Zusätzlich stimulieren wir bei der Gesichtsmassage Ausbildung Reflexpunkte, Meridiane und Energiepunkte und lockern die Gesichtsmuskeln. Körper, Geist und Seele kommen so wieder ins Gleichgewicht, Störungen können behoben werden, Freude und Harmonie werden stärker spürbar. Elemente aus dem Yoga bereichern die Gesichtsmassage Ausbildung. Schwerpunkt in der Gesichtsmassage Ausbildung liegt in der Praxis, weniger in der theoretischen Wissensvermittlung, so dass du damit arbeiten und diese Gesichtsmassage anbieten und anwenden kannst. Der theoretische Hintergrund ist nicht Gegenstand der Ausbildung. Es geht vielmehr um das praktische Erlernen der Techniken der Gesichtsmassage. Ca. 60 Unterrichtseinheiten. Mit Zertifikat. Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Angelika Fischer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11792

## Gewaltfreie Kommunikation Kursleiter/in Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst, GFK selbst im beruflichen und privaten Umfeld erfolgreich einzusetzen, in deine beratende und therapeutische Tätigkeit einzubeziehen, in Seminaren, Workshops weiter zu geben, achtsamkeitsbezogene Yogastunden und Meditationen anzuleiten.**

Nach dieser Ausbildung kannst du Kurse in „Achtsamer Kommunikation“ durchführen sowie besonders achtsame Yoga Stunden und Meditationen anleiten.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Dr. Marshall Rosenberg ist eine seit 20 Jahren weltweit bekannte und erfolgreich angewendete Methode, um das Miteinander - im privaten und beruflichen Bereich - neu zu gestalten. Die Gewaltfreie Kommunikation ist gleichzeitig ein Konfliktlösungs- und Kommunikationsmodell und eine Lebensphilosophie, welche tiefes Verständnis für sich und seine Mitmenschen herstellen will.

Du lernst in dieser Ausbildung fundierte theoretische und praktische Aspekte der Gewaltfreien Kommunikation sowie Techniken der Seminargestaltung und Präsentation zur Weitervermittlung der GFK in Gruppenkontexten. Durch die Praxisorientierung in dieser Ausbildung wirst du die Gewaltfreie Kommunikation an dir erfahren und dich von dieser Lebenseinstellung überzeugen können.

Diese Gewaltfreie Kommunikation Ausbildung ist eine Ausbildung für alle, die nach Wegen suchen, um einen achtsamen und liebevollen wie auch ehrlichen und direkten Umgang mit sich und seinen Mitmenschen zu pflegen.

Nach dieser Ausbildung kannst du:

- Workshops in „Achtsamer Kommunikation“ durchführen
- Achtsamkeitsbezogene Yoga Stunden und Meditationen anleiten
- als Therapeut die „Achtsame Kommunikation“ im Sinne von Empathie ergänzend zu deinem Therapieangebot anwenden. Die Gewaltfreie Kommunikation ist ein Modell für Konfliktlösung.

Weitere Themen der Ausbildung:

- Schönheit der Bedürfnisse erfahren (nach Robert Gonzales)
- Gewaltfreie Kommunikation Schlüsselunterscheidungen
- Grundlagen Methodik und Didaktik in Seminarkontexten
- Struktur, Planung, Aufbau eines Seminars / Workshops- Lerntypen und Lernen mit allen Sinnen
- Visualisierung in Bild und Schrift.
- Thematische Meditationstechniken (aus den Bereichen Achtsamkeitstraining und Yoga)

Teilnahmevoraussetzungen für die Ausbildung: Grundkenntnisse in der Gewaltfreien Kommunikation (Grundlagenseminar oder längere Auseinandersetzung mit der GFK).

Prüfung/Zertifikat der Ausbildung: Bei vollständiger Teilnahme an allen Kurseinheiten erhältst du das Zertifikat „Gewaltfreie Kommunikation Kursleiter/in (BYVG)“. 80 Unterrichtseinheiten.

· Pierre Boisson: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**13.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12031

## Gong Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst Gongs professionell und selbstsicher einzusetzen, z.B. in deinen Yogastunden. Es werden verschiedene Gongs und deren Spielweisen vorgestellt.**

Möchtest du den Gong, dieses machtvoll Instrument näher kennenlernen? In der Gong Ausbildung bei Yoga Vidya lernst du, Gongs professionell einzusetzen. Um den Gong sicher in Klangyogastunden, in der Klangmassage und in Therapiesitzungen anwenden zu können, benötigt man viel Erfahrung. In dieser Gong Ausbildung lernst du verschiedene Gongs in unterschiedlicher Bauart und Größe kennen und deren Spielweisen in Klangyogastunden, Klangmassage, Klangtherapie, im Gongkonzert, in Gongworkshops u.a. Zur Gong Ausbildung bei Yoga Vidya gehören Elemente aus dem Yoga und der Meditation.

Vorkenntnisse in der Klangmassage von Vorteil, aber nicht unbedingt erforderlich. Mit Zertifikat.

Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Atmamitra Mack: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11836

· Wolfgang Meisel, Jutta Kremer: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**27.08.2017-01.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY12058

## Gründungsseminar für Yogalehrer und Gesundheitsberufe

Körper und Geist

**Informiere dich über alle Aspekte einer Existenzgründung. In diesem Seminar erlernst du die systematische Vorgehensweise von der Konkretisierung der Idee über das Sammeln erster Informationen, dem Knüpfen wichtiger Kontakte, Klären von Standortfragen uvm. Du bekommst die Möglichkeit, gemeinsam mit der Seminarleiterin erste Ansätze für deine Existenzgründung zu erarbeiten.**

Informiere dich über alle Aspekte einer Existenzgründung. In diesem Seminar wird insbesondere auf die rechtlichen Gegebenheiten der Gesundheitsberufe eingegangen, was bei normalen Existenzgründungsseminaren meist nicht der Fall ist. So kannst du anschließend die ersten Schritte in die Selbstständigkeit sicher gehen. Weitere Themen: Gründungen im Team, Gründungen aus der Arbeitslosigkeit, Standort, Formalitäten, Miet- und Pachtverträge, Konzepterstellung, Rentabilitätsvorschau, Beratungsförderungen, Marketing, PR, Versicherungen und Steuern. Auch wenn dich normalerweise die betriebswirtschaftlichen Aspekte weniger interessieren, wird es für dich sehr nützlich sein, etwas mehr darüber zu erfahren und deine Möglichkeiten im Geschäftsleben besser zu kennen. Mit schriftlicher Dokumentation und Erarbeitung eines Kurzkonzeptes. Zusätzlich Möglichkeit zur Einzelberatung und gezielten Erarbeitung eines Konzepts mit der Kursleiterin sind möglich. Dafür stellt der Staat Mittel zur Verfügung. Nutze Deine Möglichkeiten! Deine Selbstständigkeit soll auf gesunden Füßen stehen!

· Ute C. Gerhardt: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12135

## Grundbildung Schlüsselqualifikationen für das moderne Berufsleben - Projekt Assistent - Schwerpunkt Mediengestaltung - Zertifikat - Abschnitt 2017

Neue Medien & EDV

Der Ausbildungsgang umfasst Inhalte zu Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben: grundlegende Computerkompetenz, technische-praktische Kompetenz, Kreativität, Projektmanagement, Lernkompetenz, Soziale und Bürgerkompetenz, Eigeninitiative und kulturelle Ausdrucksfähigkeit sowie Sprachkompetenz.

Schwerpunkt des Ausbildungsgangs ist das projekt- und praxisorientierte Lernen und Arbeiten, frontaler Unterricht wird eher punktuell eingesetzt.

Inhaltlicher Schwerpunkt ist der Bereich Mediengestaltung.

Das Gesamtsetting der Ausbildung beinhaltet viele praktische und handlungsorientierte Elemente, die auf ein ‚learning by doing‘ ausgerichtet sind und die Eigeninitiative anregen. Die Gesamtatmosphäre in der Bildungsstätte ist so angelegt, dass auch durch informelle Elemente Lernerfahrungen ermöglicht werden, z.B. durch die interkulturelle Ausrichtung und vielfältige Begegnungen unterschiedlicher Kulturen und Austausch in unterschiedlichen Sprachen

(insbesondere Englisch). Im Rahmen der Projekte kooperieren die TN z.T. auch mit Freiwilligen aus anderen EU-Ländern und kommunizieren auf Englisch.

Darüberhinaus ist ein wichtiges Element die Kreativitätsförderung. Es soll den Teilnehmern ermöglicht werden, Blockaden des kreativen Ausdrucks und der Innovation abzubauen und entsprechende Wege und Techniken kennenzulernen. Dadurch kann der kreative flow gefördert werden und sie lernen, unter welchen Bedingungen die eigene Person für kreatives Handeln offener wird.

Ein weiterer Schwerpunkt besteht darin, die grundlegenden Lernkompetenzen der Teilnehmer zu fördern und sie dazu anzuregen, sich auch selbstständig relevantes Wissen und Teilkompetenzen anzueignen.

Die Lerninhalte werden projektorientiert vermittelt und praktisch vertieft.

Innerhalb des Gesamtseminars setzen die Dozenten unterschiedliche Methoden ein, im Rahmen der Arbeit in der Gesamtgruppe werden die Teilnehmer auch individuell und in Kleingruppen verschiedenen Projekten und Aufgaben aus den Bereichen Kultur, Medien, Bildung und Jugend zugeordnet und lernen, relativ selbstständig mitzuarbeiten. So können die Kenntnisse und Fähigkeiten systematisch an konkreten Lernaufgaben gesteigert werden.

Im Rahmen des Seminars wird kontinuierlich an der Ausbildung der grundlegenden Schlüsselkompetenzen der Teilnehmer gearbeitet und insbesondere darauf geachtet, die Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Selbstorganisationsfähigkeit der TN zu entwickeln.

Im Rahmen des Ausbildungsgangs besteht die Möglichkeit zu einer persönlichen Beratung im Hinblick auf berufliche Perspektiven. Im Anschluss an den Ausbildungsgang ist bei Interesse der Teilnehmer ein zweimonatiges Praktikum bei einem der Netzwerkpartner möglich.

Das Zertifikat, das die erfolgreiche Teilnahme an dem Ausbildungsgang bescheinigt, ist kostenlos.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds.

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
01.01.2017-30.09.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 604 Uh - € - - Nr. ABOL11697

## **Grundbildung Schlüsselqualifikationen für das moderne Berufsleben - Projekt Assistent - Zertifikat** Neue Medien & EDV **Abschnitt 2017**

Der Ausbildungsgang umfasst Inhalte zu Schlüsselkompetenzen für das Berufs- und Arbeitsleben: grundlegende Computerkompetenz, technische-praktische Kompetenz, Kreativität, Projektmanagement, Lernkompetenz, Soziale und Bürgerkompetenz, Eigeninitiative und kulturelle Ausdrucksfähigkeit sowie Sprachkompetenz.

Schwerpunkt des Ausbildungsgangs ist das projekt- und praxisorientierte Lernen und Arbeiten, frontaler Unterricht wird eher punktuell eingesetzt.

Das Gesamtsetting der Ausbildung beinhaltet viele praktische und handlungsorientierte Elemente, die auf ein ‚learning by doing‘ ausgerichtet sind und die Eigeninitiative anregen. Die Gesamtatmosphäre in der Bildungsstätte ist so angelegt, dass auch durch informelle Elemente Lernerfahrungen ermöglicht werden, z.B. durch die interkulturelle Ausrichtung und vielfältige Begegnungen unterschiedlicher Kulturen und Austausch in unterschiedlichen Sprachen

(insbesondere Englisch). Im Rahmen der Projekte kooperieren die TN z.T. auch mit Freiwilligen aus anderen EU-Ländern und kommunizieren auf Englisch.

Darüberhinaus ist ein wichtiges Element die Kreativitätsförderung. Es soll den Teilnehmern ermöglicht werden, Blockaden des kreativen Ausdrucks und der Innovation abzubauen und entsprechende Wege und Techniken kennenzulernen. Dadurch kann der kreative flow gefördert werden und sie lernen, unter welchen Bedingungen die eigene Person für kreatives Handeln offener wird.

Ein weiterer Schwerpunkt besteht darin, die grundlegenden Lernkompetenzen der Teilnehmer zu fördern und sie dazu anzuregen, sich auch selbstständig relevantes Wissen und Teilkompetenzen anzueignen.

Die Lerninhalte werden projektorientiert vermittelt und praktisch vertieft.

Innerhalb des Gesamtseminars setzen die Dozenten unterschiedliche Methoden ein, im Rahmen der Arbeit in der Gesamtgruppe werden die Teilnehmer auch individuell und in Kleingruppen verschiedenen Projekten und Aufgaben aus den Bereichen Kultur, Medien, Bildung und Jugend zugeordnet und lernen, relativ selbstständig mitzuarbeiten. So können die Kenntnisse und Fähigkeiten systematisch an konkreten Lernaufgaben gesteigert werden.

Im Rahmen des Seminars wird kontinuierlich an der Ausbildung der grundlegenden Schlüsselkompetenzen der Teilnehmer gearbeitet und insbesondere darauf geachtet, die Selbstständigkeit, Eigeninitiative und Selbstorganisationsfähigkeit der TN zu entwickeln.

Im Rahmen des Ausbildungsgangs besteht die Möglichkeit zu einer persönlichen Beratung im Hinblick auf berufliche Perspektiven. Im Anschluss an den Ausbildungsgang ist bei Interesse der Teilnehmer ein zweimonatiges Praktikum bei einem der Netzwerkpartner möglich.

Das Zertifikat, das die erfolgreiche Teilnahme an dem Ausbildungsgang bescheinigt, ist kostenlos.

Mit finanzieller Unterstützung des Landes NRW und des Europäischen Sozialfonds.

Rosario Raimondo · Reinhard Kreckel: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
01.01.2017-30.09.2017. Mo-Fr 14-17.15. - Seminar / Ausbildung. 604 Uh - € - - Nr. ABOL11693

## Grundlagen der Psychologischen Yogatherapie

Körper und Geist

**Hier schaffst du die Basis therapeutischer Arbeit. Du lernst, wie du in den Erst-Kontakt gehst und eine Anamnese erstellst. Pflichtbaustein A der Psychologischen Yogatherapie. Siehe S. XX.**

Die Psychologische Yogatherapie Ausbildung verschafft Grundlagen für vertrauensvolle Beziehungen, einführendes Verständnis und liebevollen und achtsamen Umgang miteinander. Diese Ausbildung ist dein Einstieg in die psychologische Yogatherapie, wenn du bereits Yogalehrer bist. Im Mittelpunkt der Ausbildung stehen die Psychologische Yogatherapie und ihre würdigende Haltung von Achtsamkeit und Akzeptanz. Völlig wertfrei beobachten wir, was im Hier und Jetzt geschieht. "Atha Yoga Nusanam - Jetzt beginnt Yoga". (Yoga Sutra 1. K. V. 1). Du lernst in dieser Ausbildung, wie du in den Erst-Kontakt gehst und eine Anamnese erstellst. Gezielte Wahrnehmungsübungen aus dem Ganzheitlichen Yoga und der Gestalttherapie lassen dich das „Ich- Du- Wir“ bewusster und intensiver erleben. „Um zum anderen ausgehen zu können, muss man den Ausgangsort innehaben, man muss bei sich gewesen sein, bei sich sein.“ (Martin Buber).

Praxisteil der Ausbildung:

- Spezielle therapeutisch anwendbare Meditationstechniken
- Tiefenentspannung und innere Heilreisen
- Paarübungen, z.B. wohlwollendes aktives Zuhören
- Körper, Atem, Stimme auch im Gespräch einbeziehen
- Dich selbst im Kontakt wahrnehmen und
- du erfährst, welche Voraussetzungen du brauchst, um gut begleiten zu können.

Du kannst diese Psychologische Yogatherapie Ausbildung einzeln belegen. In diesem Baustein A schaffst du die Basis für die Psychologische Yogatherapie. Wenn du vorhast, die gesamte Psychologische Yogatherapie Ausbildung zu durchlaufen, empfiehlt es sich, mit diesem Baustein A zu beginnen. Die Psychologische Yogatherapie Ausbildung ist geeignet für Yogalehrer/innen und andere.

· Shivakami Bretz, Ute Zöllner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11952

## Gurukula Yogalehrer Ausbildung

Körper und Geist

**2-monatige Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga Praxis, in Anlehnung an das traditionelle Gurukula-System. Für besonders intensiven spirituellen Fortschritt und Lernen auf allen Ebenen.**

Du möchtest die Yogalehrer Ausbildung mit Karma Yoga verbinden und tief ins Ashramleben eintauchen? Diese 2-monatige Gurukula Yogalehrer Ausbildung ist ideal, um ganzheitliches Yoga kennenzulernen.

Die Gurukula Yogalehrer Ausbildung lehnt sich an das klassische Gurukula System an:

Der Yoga Schüler lebt längere Zeit im Yoga Ashram des Lehrers, hilft bei den Arbeiten im Haus mit und bekommt Schritt für Schritt die Lehre des Yoga vermittelt. Karma Yoga, das Mithelfen in der Gemeinschaft, spielt besonders am Anfang des spirituellen Weges eine wichtige Rolle.

Über die tätige Mithilfe öffnet man auch neue Kanäle der Wissensvermittlung und -aufnahme, so dass man einen noch besseren intuitiven Zugang zu dem in der Yogalehrer Ausbildung vermittelten Wissen bekommt. Du wachst besonders durch Dienen und Mithilfe – dieses Prinzip haben besonders Swami Sivananda und Swami Vishnu-devananda, in deren Tradition die ganzheitliche Yoga Vidya Yogalehrer Ausbildung steht, besonders stark betont und verkörpert.

Über Karma Yoga kannst du in dieser Gurukula Yogalehrer Ausbildung eine intensive Beziehung zu diesen Lehrern entwickeln und du kannst ihre Führung und ihren Segen besonders spüren.

Die Gurukula Yogalehrer Ausbildung erstreckt sich über 2 Monate. Dabei hast du jeweils zur Hälfte Unterricht und zur Hälfte hilfst du bei Arbeiten im Haus mit. Teilweise hast du halbtags Unterricht und halbtags Karma Yoga oder du nimmst eine Woche oder länger am theoretischen und praktischen Unterricht teil und machst danach eine Woche oder länger Karma Yoga.

Du bezahlst denselben Preis wie für die 4-Wochen Yogalehrer Ausbildung, hast dafür aber die einmalige Gelegenheit, 2 Monate im Yoga Ashram zu verbringen. Du kannst in der spirituellen hochenergetischen Atmosphäre dieses Kraftorts bei deinen Lehrern leben und so deine spirituelle Entwicklung stark beschleunigen und vertiefen.

Die Yogalehrer Ausbildung wird eine ganz neue Tiefe für dich bekommen. Diese Form der Yogalehrer Ausbildung kann besonders interessant sein für Menschen mit viel Zeit und wenig Geld. Und/oder für Menschen mit tiefem spirituellem Interesse, mit dem inneren Wunsch, zu dienen und zu helfen oder mit dem Wunsch, Yoga Vidya und damit dessen Ziele, Yoga zu verbreiten, zu unterstützen. Die Yoga Vidya Familie freut sich auf dich!

Die Themen und Inhalte der Gurukula Yogalehrer Ausbildung entsprechen denen der 4-Wochen Ausbildung, ebenso das Zertifikat. Für die Gurukula Yogalehrer Ausbildung werden, wie bei der 4-Wochen Yogalehrer Ausbildung, 400 Unterrichtseinheiten anerkannt. Die Karma Yoga Praxis kannst du dir anerkennen lassen für den Yoga Vidya Visharada Studiengang.

· Mona Henss: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11720

· Mona Henss: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.02.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11785

· Dirk Gießelmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.03.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11817

· Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2282€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11968

## Hatha Yoga und Sport - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Sportmedizinische Grundlagen des Unterrichtens von Yoga. Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining. Mit etwas intensiverer Asana-Praxis. Siehe S. XX.**

Was haben Hatha Yoga und Sport gemeinsam?

In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du die Verbindung zwischen Hatha Yoga und Sport kennen. Für dich als Yogalehrer ist diese Weiterbildung besonders geeignet.

Themen der Yogalehrer Weiterbildung:

Sportmedizinische Grundlagen des Unterrichtens von HathaYoga.  
Hatha Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining.  
Mit etwas intensiverer Asana-Praxis.

Unterrichtstechniken:

Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger.

Yoga für den Rücken.

· Narada Marcel Turnau, Bhakti Turnau: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12181

## Hatha Yoga Unterrichtstechniken - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Wir wiederholen und vertiefen die Unterrichtstechniken des Hatha Yoga. Neben der korrekten Ausführung liegt der Schwerpunkt in der individuellen Korrektur und in Hilfestellungen. Beschreibung s.S. xx.**

Eine Weiterbildung für alle Yogalehrer, die gerne Yoga Stellungen (Asanas) unterrichten. Wir wiederholen und vertiefen die Unterrichtstechniken des Hatha Yoga. Neben der korrekten Ausführung der Yoga Stellungen liegt der Schwerpunkt dieser Yogalehrer Weiterbildung in der individuellen Korrektur und in Hilfestellungen, die du bei deinen Yoga Schülern anwenden kannst, um sie tiefer in die Asanas hineinzuführen. Zeit für Fragen und Erfahrungsaustausch.

· Hridaya Loosli: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12136

## Hatha Yoga, Entspannung und Stress Management - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Erfahre mehr über Entspannungstechniken, Einstellung und Umgang mit Stress, Wissenschaft und die Wirkungen des Yoga. Siehe S. xxx.**

Du lernst, wie du Hatha Yoga mit Entspannung und Stress Management verbinden kannst.

Inhalte dieser Yogalehrer Weiterbildung: Entspannungstechniken. Geistige Einstellung und Stress. Mentales Training bei Stress für mehr Entspannung.

Yoga und Gesundheit. Wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkung des Yoga. Yoga im täglichen Leben. Krankenkassen und Yoga.

Yogatherapie. Yoga bei speziellen Problemen.

· Adinath Zöller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11866

## Health & Life Style Berater/in Ausbildung

Körper und Geist

**Gesundheit ist das harmonische Zusammenspiel vieler Faktoren. Diese intensive 7-tägige Ausbildung deckt eine Vielfalt wichtiger Lebensbereiche ab – wie z.B. Ernährung, Bewegung, Prävention, Umweltstoffe, Konsum, Textilien, Bauen. Für ein gesundes glückliches Leben für dich selbst und um Klienten oder Teilnehmer kompetent zu beraten.**

Gesundheit ist das harmonische Zusammenspiel vieler Faktoren. In dieser intensiven Health & Life Style Berater Ausbildung behandeln wir eine Vielfalt wichtiger Lebensbereiche und üben Yoga. Um ein gesundes glückliches Leben geht es in dieser Yoga Ausbildung. Du bekommst in der Health & Life Style Berater Ausbildung einen Wissensschatz für einen gesunden modernen Lebensstil vermittelt. Die Health & Life Style Berater Ausbildung verbindet moderne europäische Ansprüche an Gesundheitsprävention mit dem unerschöpflichen Methodenreichtum des Yoga und Ayurveda. In welchem gesundheitlichen Zustand wir unsere nächsten Lebensjahre verbringen, hängt von unserem ganzheitlichen Umgang mit Körper, Geist, Familie und Gesellschaft, Wohnraum und Umwelt ab. Fehlernährung, Bewegungsmangel, Umweltbelastungen und Stress führen auf Dauer zu Beschwerden und Zivilisationskrankheiten. Du lernst in dieser Health & Life Style Yoga Ausbildung eine umfassende Anleitung und Unterstützung anzubieten für ganzheitliche Gesundheit und Gesunderhaltung. Du lernst in dieser Yoga Ausbildung abzuschätzen, in welchen Momenten du tatsächlich der beste Ratgeber sein kannst. Der Fokus des Bewegungstrainings liegt in dieser Health & Life Style Berater Ausbildung im Yoga und bei der Psyche auf den Grundlagen des Ayurveda.

Themen der Health & Life Style Berater Ausbildung:

- Ernährung
- Bewegung/Fitness
- Entspannung/Stressmanagement
- Öffentliche Prävention
- Hygiene – Suchtprävention
- Psyche und Gesundheit
- Geistige Fitness
- Betriebliche Gesundheitsprävention
- Umweltschadstoffe und Schadstoffe im Alltag
- Gesundheitsförderliches Verhalten und Konsumieren
- Gesundes Bauen und Wohnen
- Textilien und Verbrauchsstoffe im Alltag
- Hilfe zur Selbsthilfe
- Methoden der Kommunikation mit Klienten/Kunden/Patienten zur Förderung der gesundheitlichen Prävention
- Yoga als ganzheitliche Methode im Alltag
- Yoga Übungen

- Ayurveda-Tipps für den Alltag

Die Health & Life Style Berater Ausbildung endet mit einer schriftlichen Prüfung. Die Ausbildung ist auch als Weiterbildungsseminar für Yogalehrer geeignet. Mit Zertifikat „Health & Life Style Berater/in BYVG“. Ca. 80 Unterrichtseinheiten. Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12132

## Heil- und Segensmeditation

Körper und Geist

**Du lernst und praktizierst in der Gruppe wunderschöne herzöffnende Meditationen: Licht-/Herzmeditation, Meditation der liebenden Güte, des Lächelns, der Vergebung, des Annehmens und Loslassens, Lotosmeditation. Ein Seminar, das dein Herz öffnet, dir zu mehr innerem Frieden, Selbstakzeptanz und Energie zu zielgerichtetem geschicktem Handeln im Alltag verhelfen will. Insbesondere auch als Weiterbildung für Yogalehrer und im therapeutischen oder edukativen Bereich tätige.**

Du lernst und praktizierst in der Gruppe wunderschöne herzöffnende Meditationen: Licht-/Herzmeditation, Meditation der liebenden Güte, des Lächelns, der Vergebung, des Annehmens und Loslassens, Lotosmeditation. Ein Seminar, das dein Herz öffnet, dir zu mehr innerem Frieden, Selbstakzeptanz und Energie zu zielgerichtetem geschicktem Handeln im Alltag verhelfen will.

· Swami Nirgunananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12228

## Heiler Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Die Ausbildung ist für dich geeignet, wenn du deine Heilkräfte entwickeln willst und mit Hilfe deiner natürlichen Heilkraft dich selbst und deinen Lieben helfen möchtest. Gut geeignet als Zusatzausbildung für Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten, Yogalehrer, Entspannungskursleiter und verwandte Berufe. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.**

Du möchtest mit deiner natürlichen Heilkraft dich selbst und deinen Lieben helfen? Die Heiler Ausbildung bei Yoga Vidya ist für dich geeignet, wenn du deine Heilkräfte entwickeln willst. Eine ideale Ergänzung zur modernen Schulmedizin und Naturheilkunde bietet sich in dieser Heiler Ausbildung. Die Heiler Ausbildung ist auch sehr gut geeignet als Zusatzausbildung für Ärzte, Heilpraktiker, Therapeuten, Yoga Lehrer, Entspannungskursleiter und verwandte Berufe. Nur zusammen mit Heiler Ausbildung Teil 2 möglich.

Heilen ist ein natürlicher Akt des Mitgefühls und der Zuwendung. Entdecke in dieser Heiler Ausbildung bei Yoga Vidya die schlummernden Kräfte in dir. Prana (Heilkraft) nimmst du mit jedem Atemzug in dich auf. In dieser Heiler Ausbildung erlernst du Techniken, die den Energiefluss verstärken, die dich wieder anbinden an den kosmischen Kreislauf. Wir arbeiten sowohl unmittelbar am Körper mit Handauflegen, wie auch in der Aura und mit den Chakras. Energieübungen aus QiGong, Yoga und Meditation vertiefen dein Verständnis und fördern deine Entwicklung auf dem Weg zum Heiler und zu deinem

eigenen inneren Heilwerden.

Themen der Heiler Ausbildung bei Yoga Vidya:

Teil 1 Grundkurs:

- Das Energiesystem des Menschen
- Grundlagen in Anatomie und Physiologie
- Die verschiedenen Formen der Energiebehandlung und Geistheilung
- Auflade- und Schutzübungen
- Prana Aktivierung
- Empfangen der kosmischen Shakti
- Wahrnehmungsübungen
- Viele Behandlungstechniken und -möglichkeiten: Handauflegen, Aurabehandlung, Behandlung der Chakras, Organbehandlungen, Aktivierung des Hormonsystems, Behandlung über die Marmapunkte (Vitalpunkte am Körper), Energetisierung des Knochengewebes u. v. mehr.
- Energieübungen, Yoga und Meditation

Für die Teilnahme an der Heiler Ausbildung Teil 1 wird Offenheit für Yoga, Meditation und Spiritualität vorausgesetzt.

Themen in der Heiler Ausbildung Teil 2 Aufbaukurs:

Vertiefung des Gelernten. Viel Praxis, viel Yoga.

Teilnahmevoraussetzung für die Heiler Ausbildung Teil 2: Abschluss von Teil 1

Prüfung/Zertifikat "Heiler/in (BYVG)". Anerkennung durch den DGH muss gesondert beantragt werden. Informationen dazu beim Ausbildungsleiter.  
Ca. 120 Unterrichtseinheiten gesamt.

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**22.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12141

## Ho'oponopono Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst, in Einzel- und Gruppensitzungen und –beratungen die traditionelle hawaiianische Familienkonferenz als effektives Konfliktlösungs- und Organisationsmittel einzusetzen: ein klar strukturiertes System der Reinigung und Heilung von Herzen her. Überraschend einfach und schnell lassen sich damit Probleme lösen, und verfahrenere Situation und Beziehungen wieder in Fluss bringen – im Familien-, Freundes- und beruflichen und unternehmerischen Umfeld.**

Das Ho'oponopono kommt aus Hawaii und ist eine Familienkonferenz. In dieser Ho'oponopono Ausbildung lernst du ein klar strukturiertes System, um die Harmonie innerhalb der Familie wiederherzustellen. In dieser Ho'oponopono Ausbildung treten du und deine Familie, Freunde und Bekannte, deine

Mitarbeiter und dein Umfeld wieder ins innere Gleichgewicht, in die Mitte und in die Heilung. Du wirst nach der Ho'oponopono Ausbildung überrascht sein, wie unglaublich einfach, schnell und effektiv sich Probleme und Konflikte lösen, verfahrenere Situationen und Beziehungen wieder in Fluss bringen lassen. Diese Ausbildung ist eine Chance und ein Segen, diese Methode für dich und andere zu lernen und so ein Stückchen mehr Liebe und Harmonie in dein Leben, das deines näheren Umfeldes und deiner Teilnehmer/Klienten zu bringen.

Inhalte der Ho'oponopono Ausbildung:

- Geschichte, Hintergründe, Philosophie
- Heile dich selbst und heile die Welt. Werte und Tugenden
- Ho'oponopono und das Resonanzprinzip.
- Ho'oponopono klassisch und praktisch
- Unterstützung bei gesundheitlichen Beschwerden
- Heilung der eigenen Probleme. Spirituelle Lösungen.
- Anwendungsbereiche
- Herzensmeditation
- Achtsamkeitspraxis

Mit dieser Ho'oponopono Ausbildung kannst du:

- dich selbst noch mehr in Resonanz mit deiner Umgebung setzen und so Selbstheilung, Persönlichkeitsentwicklung fördern
- Ho'oponopono Einzelberatungen und Gruppen-Sitzungen anbieten und durchführen

Prüfung/Zertifikat: Gegenseitige Einzel- und Gruppenberatung unter Supervision. Bei Erfüllen der Teilnahmebedingungen und Bestehen der Prüfung erhältst du das Zertifikat „Ho'oponopono Leiter/in (BYVG)“. Ca. 80 Unterrichtseinheiten.

· Radharani Priya Wloka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11943

## Hoch hinaus - der Schädel und das Nervensystem

Körper und Geist

**Gut geschützt in der knöchernen Höhle ruht unser Gehirn mit seinen Zellen, Verbindungen und zwischengeordneten Schaltzentralen. Wie kommen Informationen in die Hirnzelle und was geschieht mit Ihnen? Woher weiß das Gehirn was zu tun ist - und wie komme „ich“ an die Info? Was hat Meditation mit der Faltung meiner Großhirnrinde zu tun? Warum führt z.B. Trommeln in Trance?**

Gut geschützt in der knöchernen Höhle, die wir im Yoga auch „Chidakasha“ nennen, ruht unser Gehirn mit seinen unzähligen Zellen, Verbindungen und zwischengeordneten Schaltzentralen. Dieses faszinierende Wunderwerk wollen wir an diesem Wochenende erkunden. Dabei stellen wir Fragen wie zum Beispiel: Wie kommen Informationen in die Hirnzelle und was geschieht mit Ihnen? Woher weiß das Gehirn was zu tun ist - und wie komme „ich“ an diese Information? Was hat Meditation mit der Faltung meiner Großhirnrinde zu tun? Warum führt Trommeln in Trance?

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
01.09.2017-03.09.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
ABMY12060

## Holistic Pulsing Ausbildung

Körper und Geist

**Holistic Pulsing ist eine sanfte Methode, mittels derer der Körper bis auf die Zellebene durch schaukelnde Bewegungen, Schwingung und Vibrationen in einen tiefen Entspannungszustand versetzt wird. Du lernst den Aufbau einer Holistic Pulsing Sitzung und die entsprechenden Griffe und Anwendungen.**

Holistic Pulsing ist eine sanfte, intensive Entspannungstechnik, die vor ca. 40 Jahren durch den amerikanischen Zirkusarzt Dr. Trager bei der Arbeit mit Artisten entdeckt und von der australischen Osteopathin Tovi Browning weiter entwickelt wurde. Ihr Ursprung ist bei den australischen Aboriginies zu finden.

Mit sanften Bewegungen, Vibrationen und speziellen Griffen versetzt der/die PulserIn den Körper des Klienten in Schwingung. Die Frequenz entspricht dem Herzschlag eines ungeborenen Kindes. Diese wirkt bis auf die Zellebene und führt zu tiefer Entspannung von Körper, Geist und Seele.

In dieser Ausbildung lernst du

- Philosophie von Holistic Pulsing
- Grundlagen und Aufbau einer Holistic Pulsing-Sitzung
- körperliche und energetische Wirkung und Anwendungsweise
- die gängigen Griffe für Rücken-, Bauch- und Seitenlage
- das Organpulsieren: Kennenlernen der Organe und deren Funktionen im energetischen Bereich
- das Chakra-Pulsieren
- Übung durch gegenseitiges Anwenden
- Anatomische Grundkenntnisse

Mit dieser Ausbildung kannst du

- Einzelbehandlungen geben
- Dein Massage- und Entspannungsrepertoire sinnvoll erweitern
- Im Entspannungs-, Wellness- und Fitnessbereich tätig werden
- In deiner eigenen Praxis damit arbeiten
- Zu mehr Lebensqualität und Verbesserung von Lebenssituationen beitragen
- Freunde und Bekannte erfreuen

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntniss in Ayurveda, Massage, Yoga und Meditation. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.  
Mit Zertifikat. Ca. 60 UE

· Michaela Hold: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12081

## Hormon Yoga - Yoga in den Wechseljahren - Weiterbildung für Yogalehrer

Körper und Geist

**Du möchtest Hormonyoga kennen lernen, um dein Wissen weiterzugeben und deine eigene Entwicklung voranzutreiben? Du lernst, wie Hormonyogaübungen, angelehnt an die von Dinah Rodrigues entwickelte Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Du kannst Frauen fundiert bei den klassischen Beschwerden beraten und Hormonyoga in deinen Yogaunterricht integrieren. Wenn du gezielt Hormonyoga als Reihe unterrichtet willst, empfehlen wir die Hormon Yoga Weiterbildung Intensiv, bei der es besonders um die strukturierte Vermittlung des erworbenen Wissens geht.**

Du möchtest Hormonyoga kennen lernen, um dein Wissen weiterzugeben und deine eigene Entwicklung voranzutreiben? Du lernst, wie Hormonyogaübungen, angelehnt an die von Dinah Rodrigues entwickelte Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Du kannst Frauen fundiert bei den klassischen Beschwerden beraten und Hormonyoga in deinen Yogaunterricht integrieren. Wenn du gezielt Hormonyoga als Reihe unterrichtet willst, empfehlen wir die Hormon Yoga Weiterbildung Intensiv, bei der es besonders um die strukturierte Vermittlung des erworbenen Wissens geht.

· Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11944

## Hormon Yoga Basisseminar - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormonyogaübungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Beschreibung s. S. xx.**

Du möchtest Hormon Yoga kennen lernen, um dein Wissen weiterzugeben und deine eigene Entwicklung voranzutreiben? In dieser Weiterbildung für Yogalehrer geht es nicht nur um Hormone. Du lernst, wie die von Dinah Rodrigues entwickelten Hormon Yoga Übungen, integriert in die Yoga Vidya Reihe, auf den weiblichen Körper wirken. Die in den Wechseljahren freiwerdende Energie kann Frau mit gezielten Übungen für ihre spirituelle Entwicklung nutzen. Du kannst Frauen mit dieser Weiterbildung in Hormon Yoga fundiert bei den klassischen Beschwerden beraten und Hormon Yoga in deinen Yoga Unterricht integrieren.

Auch als Weiterbildung für Yogatherapeuten geeignet.

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Shivapriya Große-Lohmann, Amba Popiel-Hoffmann: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11788

· Shivapriya Große-Lohmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY11867

· Shivapriya Große-Lohmann, Amba Popiel-Hoffmann: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**02.06.2017-04.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11916

· Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12033

## Hormon Yoga Lehrer/in Ausbildung Intensivwoche

Körper und Geist

**Du lernst, Hormonyoga-Übungsreihen und gezielte Übungen zu unterrichten, entsprechende Kurse und Workshops aufzubauen und zu strukturieren: Hintergrundwissen zum Hormonsystem, Umgang mit hormonellen Umstellungen, Potential in Umbruchsphasen zu nutzen. Als einzelne Weiterbildung (mit Teilnahmebescheinigung) oder als Pflichtbaustein für das Zertifikat „Hormon Yoga Lehrer (BYV)“ (Details s. Aus- und Weiterbildungsbroschüre) Teilnahmevoraussetzung: Bereits absolviertes Hormonyoga Basisseminar.**

Möchtest du als Yogalehrer/in eine Ausbildung in Hormon Yoga besuchen, um selber Hormon Yoga unterrichten zu können? Mit Hormon Yoga werden die körperlichen, geistig-seelischen und energetischen Beschwerden bei Veränderungen oder Störungen des Hormonsystems günstig beeinflusst, z.B. steigen für Frauen die Chancen, schwanger zu werden. In den Wechseljahren werden die negativen Begleiterscheinungen gemildert und das spirituelle Entwicklungspotential wird zur Entfaltung gebracht. Auch Männer können mit Hormon Yoga arbeiten und an dieser Ausbildung teilnehmen.

In der Hormon Yoga Ausbildung lernst du:

- die Aufgaben des Hormonsystems im Körper
- Veränderungen des Hormonsystems im Laufe des Lebens
- Verständnis des weiblichen und männlichen Körpers
- Yoga Vidya Hormon Yoga Reihe, die Übungen von Dinah Rodrigues integriert

- Übungen zu speziellen Themen wie Aktivierung des Unterleibs, Hüftöffnung, Abbau von Hitzewallungen, Steigerung der Leistungsfähigkeit und des Selbstbewusstseins
- Atem- und Meditationstechniken

Unterrichtspraxis in Kleingruppen:

- Ansagen der einzelnen Übungen, Übungsreihen, Kursaufbau und -struktur für Hormon Yoga Kurse und Workshops
- Umgang mit den besonderen Herausforderungen, wenn Menschen große Entwicklungsschritte machen
- Potential hinter Begleiterscheinungen in den Wechseljahren und seine Nutzung für spirituelle Entwicklung und Lebensweisheit
- Den Wandlungsprozess auf körperlicher, geistig-seelischer und spiritueller Ebene erkennen, verstehen und positiv beeinflussen.

Diese Hormon Yoga Ausbildung ist ein Baustein zur Ausbildung zum/r Hormon Yoga Lehrer/in.

Teilnahmevoraussetzung für die Ausbildung: Yogalehrer Ausbildung. Du kannst diese Ausbildung einzeln als Hormon Yoga Weiterbildung besuchen und bekommst dann eine Teilnahmebescheinigung. Für das Zertifikat „Hormon Yoga Lehrer/in (BYV)“ benötigst du weitere Wahlbausteine (inkl. aller Bausteine mind. 550 Unterrichtseinheiten).

· Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 88 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11965

## Hot Stone Massage-Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst mit heißen Steinen zu arbeiten und eine vollständige Hot Stone Massage zu geben. Durch die Wärme wird der Wirkungsgrad dieser besonderen Massagetechnik erhöht, welche so eine absolute Tiefenentspannung ermöglicht. Sie entspannt, beruhigt, regt die Blutzirkulation an, lockert die Muskeln und aktiviert die Selbstheilungskräfte.**

Besuche bei Yoga Vidya diese spezielle Massage Ausbildung! In der bekannten Hot Stone Massage wird der Körper mit heißen Steinen und Jojoba Öl massiert. Basaltsteine werden in einem Ofen auf rund 60 Grad erhitzt. Du erfährst in dieser Massage Ausbildung, dass diese glatten Basaltsteine optimale Wärmespeicher sind. Sie werden während der Massage auf die Energiezentren des Körpers gelegt und gleichzeitig zur intensiven Massage verwendet. In dieser Massage Ausbildung bei Yoga Vidya erlebst du, wie sich die Chakras öffnen und eine absolute Tiefenentspannung möglich wird. Du erlebst in dieser Hot Stone Massage Ausbildung, dass diese Massage dem Körper ein Wohlgefühl an Entspannung verleiht. Die Massage lockert die Muskeln und aktiviert die Selbstheilungskräfte des Organismus. Die Teilnahme an der Massage Ausbildung setzt Offenheit für Yoga und Spiritualität voraus.

Inhalte dieser Massage Ausbildung bei Yoga Vidya:

- Materialkunde/geschichtliche Hintergründe
- neurologische, vegetative und energetische Wirkungsweisen
- Kombinierbarkeit mit anderen Methoden
- Erlernen einzelner Grifftechniken
- Geben einer vollständigen Hot Stone Massage

Ca. 60 Unterrichtseinheiten. Zertifikat: "Hot Stone Masseur (BYVG)". Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Eric Vis Dieperink: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.12.2017-15.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12214

## Indische Schriften und Philosophiesysteme

Körper und Geist

**Die wichtigsten Yogaschriften: Die 6 Darshanas. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger, Yoga für den Rücken. Insbesondere auch für Yogalehrer.**

Die wichtigsten Yogaschriften: Die 6 Darshanas. Unterrichtstechniken: Korrekturen und Hilfestellungen speziell für Anfänger, Yoga für den Rücken.

· Keshava Schütz: Yoga Vidya Nordsee

**17.03.2017-19.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ANOY11805

· Narada Marcel Turnau, Bhakti Turnau: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12084

## Intensive Yogatherapie 4-Wochen-Ausbildung

Körper und Geist

**Intensive Yogatherapie-Ausbildung nach dem System des renommierten sVYASA-Instituts in Karnataka/Südindien, das sich am Aufbau der 3 Körper und 5 Hüllen orientiert. Du lernst: - kompetent auf bestimmte Zielgruppen mit körperlichen Beschwerden einzugehen - Yogastunden für bestimmte Gruppen anzubieten, z.B. Asthmatiker, Behinderte, Rückenbeschwerden - Yogaübungen und -techniken gezielt therapeutisch einsetzen.**

Du möchtest Menschen mit Beschwerden mit Yoga helfen? Du möchtest lernen, Yoga Stunden für besondere Zielgruppen mit körperlichen Beschwerden zu geben? Dann ist diese Yogatherapie Ausbildung genau das Richtige für dich.

Mit der Yogatherapie Ausbildung kannst du:

- kompetent auf bestimmte Zielgruppen mit körperlichen Beschwerden eingehen
- deine bisherige Yoga Unterrichtspraxis erweitern und Yoga Stunden für bestimmte Gruppen anbieten, z.B. Yoga für Asthmatiker, Yoga für Behinderte, Yoga bei Rückenbeschwerden
- Yoga Übungen und Yoga Techniken gezielt therapeutisch einsetzen
- Individuelle Yoga Übungsprogramme für Privatstunden und Einzelberatungen erarbeiten und anbieten

- besser auf spezielle Anforderungen im Yoga Unterricht reagieren
- Menschen in deinen Yoga Kursen gezielter helfen
- den menschlichen Körper und seine Reaktion besser verstehen
- die natürlichen Regenerations- und Heilkräfte des Körpers fördern
- noch bewusster mit dir, deinem Körper und deinem Leben umgehen und dies auch anderen vermitteln

Du lernst in dieser Ausbildung das Grundkonzept der Yogatherapie mit folgenden Hauptinhalten:

- Modell des Panchakosha Tattwa, der 5 Hüllen aus der Taitariya Upanishad
- Aadhi – Stress und seine Bewältigung
- Aadhija vyadhi (psychosomatische Beschwerden)
- Psychosomatik/vedische Psychologie (Struktur des Geistes, Wechselwirkung Psyche und Körper)
- Die Anwendung der Yogatherapie, wie sie in der Yoga Vasishta beschrieben wird
- Pathologie aus yogischer Sicht
- Therapietechniken: Yoga Physiotherapie, Atembewegungen, Asanas, Pranayamas, Shat Kriyas, zyklische Entspannung, Prana-Lenkung, Beratung, Meditationstechniken etc.

Die Yogatherapie Ausbildung beinhaltet Übungen und Techniken der Yogatherapie, die besonders erfolgreich eingesetzt werden können für: psychosomatische Beschwerden, Asthma, Allergien, Rücken-, Knie-, Kopfschmerzen, Migräne, Arthritis, Angstzustände, Depressionen, muskuläre Dystrophie

- Du erfährst in dieser Yogatherapie Ausbildung, wie du eine Konsultation zielgerichtet durchführst.

1. Woche der Yogatherapie Ausbildung:

Grundlagen der Yoga Philosophie. Indische Schriften und Philosophiesysteme. Grundlagen des Unterrichtens von Yogatherapie.

2. und 3. Woche:

Praktisches Erlernen und Üben von verschiedenen Techniken der Yogatherapie bei verschiedenen Problemen und Krankheiten. Atembewegung. Spezielle Techniken. Asanas. Pranayamas. Kriyas, die yogischen Reinigungstechniken, Cyclic Relaxation = zyklische Entspannung, PCT = Prana Chanalizing Technique, Pranalenkungstechniken, Meditationstechniken u.v.a.

4. Woche der Yogatherapie Ausbildung:

Praktizieren des Gelernten, Gegenseitiges Anleiten des Gelernten, Üben von Konsultationen, Beratungen, Diagnosen, Behandlungen zu zweit oder in Kleingruppen.

Teilnahmevoraussetzungen für die Yogatherapie Ausbildung: Yogalehrer Ausbildung BYV, BDY, SYVC, andere auf Anfrage. Längere eigene Yoga Praxis. Yoga Unterrichtserfahrung. In der Yogatherapie Ausbildung werden Yoga Kriyas geübt – daher nicht geeignet für Menschen mit schwerwiegenden Erkrankungen und für Schwangere. Falls du eine schwerwiegende Krankheit hast und nicht sicher bist, ob die Yogatherapie Ausbildung für dich geeignet ist, kannst du dich direkt an den Leiter der Ausbildung wenden und fragen (englisch oder deutsch): [arshayoga.hari@gmail.com](mailto:arshayoga.hari@gmail.com).

Prüfung: Die Yogatherapie Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung, einer Abschlussfeier mit Festessen, feierlicher Zertifikatsübergabe und Erteilung des spirituellen Segens. Zertifikat: Bei Bestehen der Prüfung und Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat „Yoga

Therapeut/in BYAT“ des Berufsverbands der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT). 763 Unterrichtseinheiten (mind. 363 UE Therapie plus 400 UE Yogalehrer Ausbildung).

Englisch mit deutscher Übersetzung.

Wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllt sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichteinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichteinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Harilalji: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 363 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11957

## Intensives Hüftarbeiten - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**4 Yogasessions zu je 3 Stunden speziell zum Öffnen und Weiten der Hüfte. 45 Min. Sonnengebetsvariationen wärmen dich auf. Systematischer Aufbau in mehreren Schwierigkeitsgraden (Level 1, 2, 3) – von Pawanmuktasana bis Chakrasana & Co. Level 3 gibt fortgeschrittenen Yogis Tipps/Tricks für Spagat, Taube, Tänzer ...Theorie nachmittags.**

Yogastunden speziell ausgerichtet zum Öffnen und Weiten der Hüften. Es gibt keinen Kopfstand, Schulterstand...etc. nur Hüftöffner. 4 Yogasessions zu je 3 Std., Vor- u. Nachmittags. Mit je 45 Min. Sonnengebetsvariationen wirst du optimal aufgewärmt und vorbereitet für die hüftöffnenden Asanas. Die Asanas sind nach Schwierigkeitsgraden aufgebaut.

Am 1. Vormittag übst du die Pawanamuktasana-Reihe und weiterführende hüftöffnende Asanas. Beim Nachspüren setzt du immer wieder die 3 verschiedenen Mulabandhas, um so noch tiefer in das Thema Hüfte einzutauchen.

In Level 2, 3 und 4 geht es mit viel Schweiß weiter: Sonnengebetsvariationen (je 45 Min.) die in tiefere Muskelschichten eindringen.

Der Asaneteil wird den Teilnehmern angepasst: Chakrasana aus dem Stand, Eka Pada Raja Kapottasana, Hanumanasana, Ekapada-Kurmadanda, Nataraj....etc.

Beim Nachspüren setzt du immer wieder die 3 verschiedenen Mulabandhas, mit sehr präzisen Ansagen, um auch hier die Sensibilisierung zu erweitern.

· Atman Shanti Hoche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.06.2017-05.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 204€, MZ: 241€, DZ: 289€, EZ: 338€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11917

## Jahresgruppe Wunderwerk Mensch - Yoga Anatomie mit 7 Wochenenden - Einstiegswochenende

Körper und Geist

**Wie im Kleinen, so im Großen – dieses Muster findet sich auch in den Strukturen des Körpers. Ein Jahr wirst du von Ramashakti auf deiner Reise nach innen begleitet. Ausgehend von den grundlegenden Elementen betrachten wir den menschlichen Körper aus anatomischer,**

funktionaler und yogischer Sicht – theoretische physische und Feinstoff-Anatomie und praktisch in Yogastunden, Workshops, Meditationen, Entspannungen und Massagen.

Wir praktizieren in der Yoga Vidya Tradition des ganzheitlichen Yoga mit den Energien von Sonne und Mond (Ha-tha), erleben die Elemente Yin und Yang, erspüren Muskeln, Knochen, Gelenke und Faszien.

Es handelt sich um eine feste Jahresgruppe, die sich regelmäßig trifft. Daher kannst du dich dafür nur für das Gesamtpaket, mit folgenden Seminaren anmelden:

**20.01. – 22.01.17 Jahresgruppe Wunderwerk Mensch - Yoga Anatomie mit 7 Wochenenden - Einstiegswochenende: Von der Zelle zum Körper und noch weiter**

**07.04. – 09.04.17 Von der Wurzel zur Basis – Anatomie der unteren Extremitäten und des Beckens**

**05.05. – 07.05.17 Wunderbare Kommunikation – unsere Wirbelsäule**

Wie im Kleinen, so im Großen – dieses Muster findet sich auch in den Strukturen des Körpers. Ein Jahr wirst du von Ramashakti auf deiner Reise nach innen begleitet. Ausgehend von den grundlegenden Elementen betrachten wir den menschlichen Körper aus anatomischer, funktionaler und yogischer Sicht – theoretische physische und Feinstoff-Anatomie und praktisch in Yogastunden, Workshops, Meditationen, Entspannungen und Massagen.

Wir praktizieren in der Yoga Vidya Tradition des ganzheitlichen Yoga mit den Energien von Sonne und Mond (Ha-tha), erleben die Elemente Yin und Yang, erspüren Muskeln, Knochen, Gelenke und Faszien.

Es handelt sich um eine feste Jahresgruppe, die sich regelmäßig trifft. Daher kannst du dich dafür nur für das Gesamtpaket, mit folgenden Seminaren anmelden:

20.01. – 22.01.17 Jahresgruppe Wunderwerk Mensch - Yoga Anatomie mit 7 Wochenenden - Einstiegswochenende: Von der Zelle zum Körper und noch weiter

07.04. – 09.04.17 Von der Wurzel zur Basis – Anatomie der unteren Extremitäten und des Beckens

05.05. – 07.05.17 Wunderbare Kommunikation – unsere Wirbelsäule

23.06. – 25.06.17 Anatomie des Brustkorbes, Schultergürtels und der oberen Extremität

01.09. – 03.09.17 Hoch hinaus - der Schädel und das Nervensystem

03.11. – 05.11.17 Zur Ganzheit in die Mitte – unser Bauch

01.12. – 03.12.17 Alles im Fluss – Organ- und Steuerungssysteme

Das 1. Wochenende ist nur für die Teilnehmer der Jahresgruppe. An den anderen Wochenenden sind auch andere Seminarteilnehmer dabei. Die Teilnehmer der Jahresgruppe treffen sich jedes Mal zusätzlich noch mit Ramashakti und werden über das ganze Jahr, auch außerhalb der Seminare individuell von ihr begleitet. Gesamtpreis für alle 7 Wochenenden (20 % Rabatt gegenüber Einzelbuchung. Ratenzahlung auf Anfrage möglich).

Zu den Treffen benötigst du neben bequemer Kleidung, in der du dich gut bewegen kannst, Bunt- oder Faserstifte und eine Schere.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 806€, MZ: 946€, DZ: 1126€, EZ: 1305€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11738

## Jnana Yoga und Vedanta

Körper und Geist

Der Yoga des Wissens führt dich zur Erforschung von Fragen wie: Wer bin ich? Woher komme ich? Was ist das Ziel des Lebens? Was ist das Universum? Meditationsanleitungen. Abstrakte Meditationstechniken, Unterrichtstechniken: Meditation im Yogaunterricht.

Der Yoga des Wissens führt dich zur Erforschung von Fragen wie: Wer bin ich? Woher komme ich? Was ist das Ziel des Lebens? Was ist das Universum? Meditationsanleitungen. Abstrakte Meditationstechniken, Unterrichtstechniken: Meditation im Yogaunterricht.

· Eknath Hummer: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11861

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11876

## Jnana Yoga, Vedanta, Meditation und Schweigen

Körper und Geist

**Abstrakte Meditationstechniken über die höchste Weisheit. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yogastunden und Mantra-Singen. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.**

Lerne abstrakte Meditationstechniken aus dem Jnana Yoga über die höchste Weisheit des Vedanta. Intensivseminar mit täglich bis zu 6 Meditationssitzungen zu je 20-40 Minuten, 2 Yoga Stunden und Mantra-Singen. Ein sehr machtvoll Jnana Yoga Seminar, um zu deinem wahren Selbst und zu sehr tiefen Erkenntnissen zu kommen. Nur kurze Vorträge - aber die speziell machtvoll angeleitete Meditation führt zur direkten Erfahrung des Höchsten.

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**22.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12097

· Sivanandadas Elgeti, Christine Wiume, Vani Devi Be: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12110

· Sivanandadas Elgeti, Christine Wiume, Chandrasheka: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12118

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12137

## Jugendübungsleiter für Yoga - Jugendliche unterrichten Jugendliche

Körper und Geist

**Du bist zwischen 14 und 18 Jahre, möchtest tief in's Yoga eintauchen und Yoga an Leute in deinem Alter weitergeben? Dann bist du hier richtig!**

Du bist zwischen 14 und 18 Jahre, möchtest tief in Yoga eintauchen und Yoga an Leute in deinem Alter unterrichten? Dann bist du in dieser Jugendübungsleiter Ausbildung genau richtig! Yoga ist stylisch, cool, fat - keine Frage, denn viele bekannte Leute üben Yoga oder Meditation.

In dieser Ausbildung erfährst du, wie Yoga hilft, den Alltag schöner zu gestalten, den Schulstress besser zu meistern und dich stark macht. Yoga macht vor allem Spaß!

Bei der Ausbildung zum Jugendübungsleiter für Yoga erfährst du Yoga in den verschiedensten Aspekten und lernst selbst, Yoga für Jugendliche zu unterrichten.

Die Jugendübungsleiter Ausbildung wird abgerundet durch ein kleines Freizeitprogramm wie schwimmen, Kino oder kleine Ausflüge (bitte Taschengeld mitbringen).

Du lernst in der Jugendübungsleiter Ausbildung:

- die Yoga Vidya Grundreihe, eine bestimmte Abfolge von Yoga Übungen, die dafür sorgt, dass du dich gut in deinem Körper fühlst und selbstbewusster wirst
- andere Übungen zum besseren Umgang mit Gefühlen wie Wut, Angst und Traurigkeit
- Übungen zur Verbesserung des Konzentrationsvermögens, der Kondition, Koordination, Kraft und der Flexibilität
- Übungen und Spiele für Gruppen
- Rituale aus verschiedenen Kulturen, Yoga Übungen mit Musik, Liedern
- Techniken, um die Gedanken im Kopf zur Ruhe zu bringen, Entspannungstechniken für Jugendübungsleiter für Yoga
- Auseinandersetzung mit den Fragen „Wer bin ich?“, „Was will ich?“, „Was macht das Leben für einen Sinn?“
- du lernst in dieser Ausbildung in lockerer Atmosphäre, alle Übungen selbst zu unterrichten

Teilnahmevoraussetzung für die Jugendübungsleiter Ausbildung: 14-18 Jahre.

Um ein Zertifikat zu erhalten, musst du an allen Stunden der Jugendübungsleiter Ausbildung teilnehmen und zum Abschluss auf Papier bringen, was du über Yoga gelernt hast.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 231€, MZ: 320€, DZ: 391€, EZ: 608€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12005

## Kalifornische Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Die Kalifornische Massage ist eine Mischung aus vielen Massagestilen und vereint die wirkungsvollsten Techniken. Sie beschleunigt den Heilungsprozess bei Gelenkschmerzen, Muskelverspannungen und -verletzungen und löst Verspannungen.**

Die Kalifornische Massage vereint die wirkungsvollsten Techniken verschiedener Massagestile. Die kalifornische Massage entspannt die Muskulatur, lockert und stärkt die Gelenke und das Immunsystem.

In dieser Massage Ausbildung erlebst du, wie gut sich die Kalifornische Massage mit Yoga kombinieren lässt. Durch tiefe Massage Striche wird der ganze Körper gedehnt und gestreckt, so können sich die Muskeln tief entspannen und der Energiefluss im ganzen Körper wird harmonisiert. Die Kalifornische Massage Ausbildung ist sehr praxisorientiert. Du lernst in dieser Ausbildung, eine tief berührende Ganzkörper Massage durchzuführen und dabei auf deine eigene gesunde Haltung während der Massage zu achten.

Inhalte der Ausbildung u.a.:

- achtsame, tief berührende Massage
- lange und tiefe Streich- und Dehneinheiten
- passive Gelenkmobilisation
- tiefe Strukturarbeit an den Muskeln
- Energiearbeit zur Harmonisierung
- Ausrichten des Körpers
- Fehlhaltungen des Körpers beseitigen mit besonderen Techniken
- optimale eigene Körperhaltung während der Massage

Teilnahmevoraussetzungen für die Kalifornische Massage Ausbildung: Grundkenntnisse in Yoga, Pranayama und Meditation von Vorteil, aber nicht Bedingung. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Zertifikat „Kalifornische Massage (BYVG)“, bei erfolgreichem Abschluss und Teilnahme an allen Unterrichtseinheiten. Ca. 80 Unterrichtseinheiten.

· Eric Vis Dieperink, Sabine Goldbach: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**03.02.2017-10.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11753

## Kinder Yoga Übungsleiter-Ausbildung

Körper und Geist

**Für alle, die mit Kindern Yoga üben wollen. Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe, auf Kinder angepasst zu unterrichten.**

Dir macht Yoga mit Kindern Spaß? Lerne in dieser Kinderyoga Ausbildung, Yogakurse für Kinder unterschiedlicher Altersgruppen von 3-12 Jahren anzuleiten. Die Ausbildung zum Kinderyoga Übungsleiter ist besonders interessant für Lehrer/innen, Erzieher/innen, sonstige Pädagogen, Vereinstrainer, Eltern und alle, die Kinderyoga unterrichten wollen, sei es im Regelschulunterricht, im Kindergarten, in Projektgruppen, im Verein, in Yoga Zentren, in Fitnessstudios etc.

Themen und Inhalte der Kinderyoga Ausbildung:

- Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte, bewährte, traditionelle Abfolge von Yoga Übungen, die so genannte Yoga Vidya Grundreihe.
- Du lernst in dieser Ausbildung diese Yoga Übungen korrekt selbst auszuführen, auf verschiedene Altersgruppen angepasst anzuleiten und zu korrigieren.
- Besonderheiten beim Unterrichten von Kindern im Allgemeinen und im Yoga Unterricht
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- Mit vielen praktischen Kinderyoga Übungsstunden
- Üben in Kleingruppen.

Wir bieten die Möglichkeit, nach der Ausbildung bei Kinderyoga Seminaren zu assistieren, um praktische Erfahrungen zu sammeln.

Teilnahmebedingungen für die Kinderyoga Ausbildung: Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich, aber nicht zwingend. Diese Kinderyoga Ausbildung ist auch geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Kinderyoga spezialisieren wollen. Ca. 168 Unterrichtseinheiten. Prüfung: Die praktischen Vorstellstunden entsprechen der praktischen Prüfung. Diese Kinderyoga Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung. Zertifikat: Bei vollständiger Teilnahme an allen Teilen der Kinderyoga Ausbildung und Bestehen der Prüfung erhältst du das Zertifikat "Kinder Yoga Übungsleiter (BYVG)".

· Kavita Pippon, Lalita Furrer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11839

· Kavita Pippon, Lalita Furrer: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11990

## Kinderyoga für den Schul- und Kita-Alltag - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du bekommst Entspannungs- und Konzentrationstechniken für den Schulalltag an die Hand, die zusammen mit einer regelmäßigen Yogapraxis Harmonie in den Schulalltag bringen und die Gesundheit ganzheitlich fördern. Wir werden auch ein gesundes Schulfrühstück kreieren.**

Es macht dir Freude mit Kindern Yoga zu üben? In dieser Yogalehrer Weiterbildung hast du die Gelegenheit, dich intensiv mit Kinderyoga zu befassen. Yoga Entspannungstechniken und Konzentrationstechniken für den Schulalltag werden in dieser Kinderyoga Ausbildung vermittelt. Beweglichkeit, Aufmerksamkeit und Konzentration sind Wirkungen einer regelmäßigen Yoga Praxis und bringen Harmonie in den Schulalltag. Zum Hatha Yoga gehört auch eine gesunde und sattwige Ernährung; so werden wir gemeinsam ein gesundes Schulfrühstück kreieren. Auch als Weiterbildung für Yogalehrer geeignet.

· Beate Wolfsteller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.07.2017-16.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11977

## Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv A - Pflichtbaustein der Kinderyogalehrer Ausbildung

Körper und Geist

**Theorie und Praxis zum Unterrichten von Kinderyoga. Schwerpunkt: Pädagogik, Sozialisation, Didaktik, Methodik des Yogaunterrichts mit Kindern. Psychologie. Lehrproben: gegenseitiges Unterrichten unter Supervision.**

Theorie und Praxis zum Unterrichten von Kinderyoga kannst du bei dieser Weiterbildung für Yogalehrer entdecken. Schwerpunkt in dieser Kinderyogalehrer Weiterbildung sind: Pädagogik, Didaktik, Methodik des Yoga Unterrichts mit Kindern.

Inhalte der Kinderyogalehrer Weiterbildung:

Richtungen und Methoden der Erziehungswissenschaft. Sozialisation. Erziehung und Bildung. Lernmodelle. Didaktische Modelle. Yoga in Schulen. Viele Praxisbeispiele im Unterrichten von Kinderyoga. Lehrproben: gegenseitiges Unterrichten unter Supervision. Mit praktischer Vorstellstunde.

Teilnahmevoraussetzung für diese Weiterbildung: Kinderyoga Übungsleiter, Yogalehrer Ausbildung oder Übungsleiter Yoga für Jugendliche. Ca.110 Unterrichtseinheiten

· Narendra Hübner, Ingrid Seemann, Wolfgang Seemann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.04.2017-16.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 110 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11830

## Kinderyogalehrer Weiterbildung Intensiv C

Körper und Geist

**Für Yogalehrer und Kinderyoga-Übungsleiter. Du lernst systematisch die Grundlagen des Yogaunterrichts für Kinder in Theorie und Praxis.**

Mit viel Spaß schlüpfst du in die Rolle des Kindes und Jugendlichen. In dieser Kinderyogalehrer Weiterbildung lernst du verschiedene Bausteine einer Kinderyoga Stunde für Kinder zwischen 3 und 17 Jahren.

In dieser Kinderyogalehrer Weiterbildung führst du die jeweilige Kinderyoga Übung selbst aus. So fällt dir das Unterrichten von Kindern leicht.

Du erfährst in dieser Kinderyogalehrer Weiterbildung, welche Themen die Kinder in den verschiedenen Altersstufen bewegen. Du lernst den Yoga Unterricht an die Bedürfnisse anzupassen. In den Lehrproben gewinnst du Sicherheit im Unterrichten von Kindern.

Themen und Inhalte dieser Kinderyogalehrer Weiterbildung:

- die Bausteine einer Kinderyoga Stunde
- altersgerechtes Anleiten der Yoga Asanas
- themenorientierte Yoga Übungsreihen
- Rituale, Stilleübungen, Sinnesübungen, Meditationen, Bewegungsspiele, Massagetechniken, Lieder, Geschichten und Yoga Philosophie

- Partnerübungen und Yoga Übungen zur Förderung der Kooperationsfähigkeit und des sozialen Verhaltens
- Aufbau und Durchführung von mehrwöchigen Yoga Kursen und Workshops in verschiedenen Einrichtungen
- Vertiefung von Methodik und Didaktik
- Umgang mit so genannten Verhaltensauffälligkeiten
- Schulung des Bewusstseins und Reflektion des eigenen Unterrichtsstils
- Supervision und Austausch
- Psychologie von Kindern
- Yoga für Jugendliche

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.10.2017-29.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 110 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12140

## Kirtan und Mantrasingen Kursleiter-Ausbildung

Körper und Geist

**Du erlernst Menschen ins Mantra-Singen einzuführen, Kirtangruppen zu etablieren, Mantraseminare zu geben und Menschen Freude am Singen zu vermitteln. Beschreibung s.S. xx.**

Dies ist eine Bhakti Yoga Ausbildung für Yogis und Yogalehrer, die Kurse in Mantra-Singen anbieten wollen. Mantras sind ein wichtiger Bestandteil des Bhakti Yoga und tragen dank ihrer reinigenden, Herz öffnenden Wirkungen viel zum spirituellen Fortschritt bei. Lerne es in dieser Bhakti Yoga Ausbildung, Menschen ins Mantra-Singen zu führen, Kirtan Gruppen zu etablieren, Mantra Seminare zu geben und Menschen Freude am Singen zu vermitteln. Lerne in dieser Bhakti Yoga Ausbildung, systematisch Satsangs aufzubauen und zu leiten. Die Teilnahme an dieser Bhakti Yoga Ausbildung setzt Grundkenntnisse in Yoga, Meditation und Yoga Philosophie voraus und natürlich Freude am Singen.

Inhalte und Themen dieser Bhakti Yoga Ausbildung:

- Kirtan als Ergänzung zu anderen Kursen/Workshops
- Anleitung von Kirtan als Teil eines Satsangs
- Anleitung von Kirtan für Anfänger
- Kirtan für Kinder
- Nutzen von Kirtan
- Teile eines Mantras
- Ebenen eines Mantras
- Mantra, Japa, Kirtan, Bhajan, Stotra, Shloka
- Sinn und Zweck von Mantras
- Harmonium-Workshop
- Indische Mythologie
- Atmung und Stimmbildung
- Gruppendynamik: Feedbackrunden, Umgang mit Kritik

Ca. 80 Unterrichtseinheiten. Zertifikat: 'Kursleiter/in Kirtan & Mantra-Singen BYVG'.

· Hagit Noam, Narendra Hübner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11716

## Klang Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne die Grundlagen der Schwingungslehre und verschiedene Klangmedien kennen und ihre ganzheitliche Wirkung im Yoga. Nutze dieses Wissen, um die Yogastunden mit Schwerpunkten zu bereichern und deine eigene Praxis so wie die der Schüler sinnvoll und effizient zu unterstützen.**

Lerne durch Klangyoga die Grundlagen der Schwingungslehre und ihre ganzheitliche Wirkung im Yoga kennen. Nutze nach dieser Klangyoga Yogalehrer Weiterbildung dieses Wissen, um die Yoga Stunden mit Schwerpunkten zu bereichern und deine eigene Yoga Praxis, wie die der Schüler sinnvoll und effizient zu unterstützen.

So kannst du mit Klangyoga deinen Yoga Stunden mehr Tiefe geben und den Schülern ermöglichen, leichter loszulassen. Erfahre in dieser Klangyoga Yogalehrer Weiterbildung den sensiblen Umgang verschiedener Klangmedien und für welche Yoga Übungen sie sinnvoll sind, um eine harmonisierende, ausgleichende und energetisierende Schwingung zu erzeugen. Klangyoga ermöglicht eine sehr tiefe Muskelentspannung und hilft, Verspannungen und Blockaden im physischen sowie im feinstofflichen Bereich sanft zu lösen.

Teilnahmevoraussetzung für diese Weiterbildung ist die Yogalehrer Ausbildung.

· Pranava Heinz Pauly: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11888

· Ganapati Nathaus: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12217

## Klangerbeit in der psychotherapeutischen Arbeit

Körper und Geist

**Klänge sind ein sehr mächtiges kraftvolles und hilfreiches Werkzeug. Sie können auf vielfache Weise die Arbeit mit deinen Klienten unterstützen. Du lernst die Grundlagen im Umgang mit Klangschalen, Stimmgabeln und Stimme und ihre Einsatzmöglichkeiten in der psychotherapeutischen Arbeit kennen. U.a.: Klänge in der Hypnotherapie, in der Ressourcen Arbeit, beim „Ankern“, im Yoga, uvm. Therapeutischer, lehrender oder beratender Grundberuf bzw. Erfahrung von Vorteil.**

Klänge sind ein sehr mächtiges, kraftvolles und überaus hilfreiches Werkzeug in der therapeutischen Arbeit, denn sie umschiffen geschickt den Verstand

und ermöglichen ein tieferes Eintauchen in das Wesen des Menschen. Im Rahmen einer psychotherapeutischen Behandlung können Klänge auf unterschiedlichste Art die Arbeit mit deinen Klienten unterstützen, vertiefen und begleiten.

In diesem Seminar lernst du die Grundlagen im Umgang mit Klangschalen, Stimmgabeln und Stimme und ihre Einsatzmöglichkeiten in der psychotherapeutischen Arbeit kennen. Von einer simplen Rapport Verbesserung in der Gesprächstherapie über den Einsatz bei entspannungstherapeutischen- und körperorientierten Verfahren (z.B. Focusing, Embodiment, IBP, Yoga...) bis hin zu ressourcenorientierter Trancearbeit bzw. Hypnotherapeutischen Interventionen ist das Einsatzfeld weit gefächert.

Nach Abschluss des Seminars bist du eigenständig in der Lage, auf unterschiedlichste Weise Klänge sinnvoll in deine therapeutische Arbeit einfließen zu lassen.

Seminarinhalt und Themen:

- Klangschalen in der Hypnotherapie
- Klänge in der Zielorientierten Prozessarbeit
- Klänge in der Ressourcen-Arbeit
- Klänge und „Ankern“
- Trance Induktionen
- Theorie und Praxis hypnotischer Spielmuster mit Klangschalen
- Stimme, Körper und Geist
- Klänge in körperorientierten Verfahren
- Klänge und psycho-energetische Verfahren (z.B. Energiearbeit, Chakrenarbeit etc.)
- Warum Obertöne?
- Handhabung und (An-) Spieltechniken
- Materialkunde
- u.v.m

Therapeutischer, lehrender oder beratender Grundberuf bzw. Erfahrung von Vorteil.

· Shambhudas Kim Syta: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**27.08.2017-01.09.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12056

## Klangmassage Ausbildung

Körper und Geist

**Erlerne verschiedene Spieltechniken, Anwendungsbeispiele und Hintergründe zum Thema Klangschalen und 'Nada Brahma - alles ist Klang'. Du wirst tief entspannen, alles loslassen, positiv beeinflusst und gestärkt deine innere Wahrnehmung intensivieren.**

Lerne in dieser Ausbildung mit Klang zu arbeiten – sei es für Entspannung, für Klangmassagen oder für gezielte therapeutische Einsätze bei spezifischen Beschwerdebildern oder Organbeschwerden.\*

Diese Klangmassage Ausbildung ist interessant für alle, die sich für ganzheitliche Wirkungsweisen von Klang interessieren - ob Ärzte, Therapeuten, Pflegekräfte, Eltern oder Klangliebhaber, jeder kann mit diesen Klang Techniken anderen etwas Gutes tun.

Neben konkreten Techniken bekommst du in dieser Klangmassage Ausbildung einen Einblick in die feinstoffliche Arbeit mit Klang, energetische

Wirkweisen und die Chakra Behandlung. Die Arbeit mit kleinen Gongs ist Bestandteil der Klangmassage Ausbildung genauso wie das Konzept der Planetentöne mit Frequenz und deren Wirkung.

Inhalte der Klangmassage Ausbildung:

- Die Wirkprinzipien von (Klang-)Schwingung auf allen Ebenen entsprechend der ganzheitlichen Yogalehre
- Bauarten und Anwendungsbereiche von Klangschalen und Gongs
- Umgang mit verschiedenen Klangmedien
- Gezielte Spieltechniken und Anwendungsmöglichkeiten/Settings
- Arbeit mit Klang zum Entspannen, Klangmassage, Klang Meditationen, Klang Reisen, Klang Bad, Klang Spiele, Klang in der Yogastunde, bei Schwangeren, bei Beschwerden
- Möglichkeiten und Grenzen der Klang Therapie. Gesetzliche Grundlagen.

Hochwertige Klangschalen in Therapiequalität (Peter Hess) können erworben werden.

Teilnahmevoraussetzungen für die Klangmassage Ausbildung: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung/Zertifikat: Du bekommst bei erfolgreicher Teilnahme an der Ausbildung nach einer schriftlichen sowie praktischen Abschlussarbeit ein Yoga Vidya Ausbildungs-Zertifikat (BYVG). Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

\* Bitte beachte die gesetzlichen Bestimmungen zur „Ausübung der Heilkunde“ in Deutschland.

· Atmamitra Mack: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**19.03.2017-24.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11809

## Klangmassage, Klangyoga und Gong Ausbildung

Körper und Geist

**Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Lerne die Klang-Grundbehandlung des Körpers, der Chakras und der Aura. Diese Ausbildung beinhaltet Teil 1 und 2. Beschreibung siehe S. xx.**

Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Die obertonreichen Klänge versetzen dich in den so genannten Alphazustand, eine angenehme Trance, in der du besonders gut Spannungen und Blockaden körperlicher und seelischer Art loslassen und gegen die Erfahrung wohlthuender Schwingung austauschen kannst.

Themen der Ausbildung:

- » Umgang mit Klangschalen, Anspieltechniken
- » Einsatz im Yogaunterricht
- » Klangreisen und Tiefenentspannung
- » Klang-Grundbehandlung des ganzen Körpers
- » Klangmeditation

- » Klangbehandlung der Reflexzonen und Gelenke
- » Behandlung der Wirbelsäule in Verbindung mit unterstützenden Asanas
- » Ganzheitliche Behandlung verschiedener organischer Störungen und Erkrankungen
- » Beeinflussung des craniosacralen Rhythmus, des Lymphflusses und der Hormondrüsentätigkeit
- » Klangbehandlung der Aura, der einzelnen Chakren und Marmapunkte
- » Gong- und Beckenspiel erlernen
- » Klangresonanz- und Energiewahrnehmung
- » Klangwirkung in Verbindung mit Kristallen

Du kannst die Klangmassage einsetzen:

- » im Entspannungs-, Wellness- und Fitnessbereich
- » Begleitend im Yogaunterricht, unterstützend bei Asanas
- » zur Selbsthilfe bei verschiedenen Beschwerden
- » unterstützend zu Meditation, autogenem Training
- » in der Massage- und Krankengymnastikpraxis
- » in der Musiktherapie
- » in Kindergärten, in der schulischen Förderung
- » bei der Arbeit mit Menschen mit körperlichen und/oder geistigen Behinderungen
- » begleitend zur Logopädie und Ergotherapie
- » in der Naturheilpraxis
- » in der Hebammenpraxis als Geburtsvorbereitung
- » bei psychischen u. psychosomatischen Störungen
- » bei der Rehabilitation und Stresssymptomen

Teilnahmevoraussetzungen: Für Laien, Yogalehrer und Therapeuten geeignet. Klangschalensätze werden gestellt und können erworben werden.

Abschluss mit Zertifikat: Selbstreflektierende schriftliche Abschlussarbeit. Ca. 120 UE.

Wegen des umfangreichen Ausbildungsprogramms wird als Einstieg die Teilnahme an einem einführenden Basisseminar empfohlen, das natürlich auch einfach zum Kennenlernen der Methode und als Entspannungswochenende besucht werden kann.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.08.2017-16.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 120 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12020

## Klangmassage, Klangyoga und Gong Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Lerne die Klang-Grundbehandlung des Körpers, der Chakren und der Aura. Ausbildung beinhaltet Teil eins und zwei. Beschreibung s.S. xx.**

Die Klangmassage mit tibetischen Schalen, Gongs und Zimbeln ist eine wirkungsvolle Heil- und Selbstheilungsmethode. Die obertonreichen Klänge versetzen dich in den so genannten Alphazustand, eine angenehme Trance, in der du besonders gut Spannungen und Blockaden körperlicher und seelischer Art loslassen und gegen die Erfahrung wohlthuender Schwingung austauschen kannst. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.

Themen der Ausbildung:

- » Umgang mit Klangschalen, Anspieltechniken
- » Einsatz im Yogaunterricht
- » Klangreisen und Tiefenentspannung
- » Klang-Grundbehandlung des ganzen Körpers
- » Klangmeditation
- » Klangbehandlung der Reflexzonen und Gelenke
- » Behandlung der Wirbelsäule in Verbindung mit unterstützenden Asanas
- » Ganzheitliche Behandlung verschiedener organischer Störungen und Erkrankungen
- » Beeinflussung des craniosacralen Rhythmus, des Lymphflusses und der Hormondrüsentätigkeit
- » Klangbehandlung der Aura, der einzelnen Chakren und Marmapunkte
- » Gong- und Beckenspiel erlernen
- » Klangresonanz- und Energiewahrnehmung
- » Klangwirkung in Verbindung mit Kristallen

Du kannst die Klangmassage einsetzen:

- » im Entspannungs-, Wellness- und Fitnessbereich
- » Begleitend im Yogaunterricht, unterstützend bei Asanas
- » zur Selbsthilfe bei verschiedenen Beschwerden
- » unterstützend zu Meditation, autogenem Training
- » in der Massage- und Krankengymnastikpraxis
- » in der Musiktherapie
- » in Kindergärten, in der schulischen Förderung
- » bei der Arbeit mit Menschen mit körperlichen und/oder geistigen Behinderungen
- » begleitend zur Logopädie und Ergotherapie
- » in der Naturheilpraxis
- » in der Hebammenpraxis als Geburtsvorbereitung
- » bei psychischen u. psychosomatischen Störungen
- » bei der Rehabilitation und Stresssymptomen

Teilnahmevoraussetzungen: Für Laien, Yogalehrer und Therapeuten geeignet. Klangschalensätze werden gestellt und können erworben werden.

Abschluss mit Zertifikat: Selbstreflektierende schriftliche Abschlussarbeit. Ca. 120 UE.

Nur beide Teile zusammen möglich.

Wegen des umfangreichen Ausbildungsprogramms wird als Einstieg die Teilnahme an einem einführenden Basisseminar empfohlen, das natürlich auch einfach zum Kennenlernen der Methode und als Entspannungswochenende besucht werden kann.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11762

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12116

## Klangreise und Klangmeditation Ausbildung

Körper und Geist

**In dieser Ausbildung lernst du, Klangreisen und Klangmeditationen professionell anzuleiten. Sie sind sehr beliebt und können den Zuhörern viel Entspannung, Freude und Inspiration bringen. Sie können auch heilsame und therapeutische Wirkung haben.**

Klangreise und Klangmeditation Ausbildung

In dieser Ausbildung lernst du, Klangreisen und Klangmeditationen professionell anzuleiten.

Klangreisen und Klangmeditationen sind sehr beliebt und können den Zuhörern viel Entspannung, Freude und Inspiration bringen. Sie können gleichzeitig auch heilsame und therapeutische Wirkung haben.

Du lernst verschiedene Klanginstrumente zu „spielen“ und gezielt in einer Klangreise bzw. einer Klangmeditation einzusetzen. Durch die Auswahl der Klanginstrumente, die alle auch - zum Teil schon seit Jahrhunderten - in der Klangtherapie eingesetzt werden, wird der Bezug zur Klangtherapie hergestellt.

Außerdem lernst du, die Stimme in Form von Sprache (Text) bzw. in Form von einfachen Mantras in die Klangreise und Klangmeditation einzubeziehen.

Ausbildungsinhalte:

Du lernst, folgende Klanginstrumente in Klangreisen und Klangmeditationen einzusetzen.

- Klangschalen
- Gong
- Windspiel
- Sansula und Kalimba
- Regenmacher (Rainstick)
- Rahmentrommel (schamanische Trommel)
- Oceandrum
- Monochord
- weitere Klanginstrumente
- die Stimme in Form von Sprache (Text) bzw. in Form von einfachen Mantras.

Am Ende der Ausbildung kannst du Klangreisen und Klangmeditationen selbständig gestalten und anleiten.

Einsatzgebiete für Klangreisen und Klangmeditation:

- Entspannungsworkshops und -seminare
- Klangworkshops und -seminare
- Klangreiseworkshops und -seminare
- Meditationsworkshops und -seminare
- Klangkonzerte
- Im Rahmen der Klangtherapie
- Im Rahmen der Entspannungstherapie
- Im Rahmen der Psychotherapie
- YogalehrerInnen können Klangreisen und Klangmeditationen auch sehr schön in Yogastunden einfließen lassen.
- Überall dort, wo Menschen Entspannung und Inspiration erleben möchten.

Die meisten der Klanginstrumente können während der Ausbildung direkt erworben werden. Wer möchte kann auch eigene, geeignete Instrumente mitbringen.

Bei Interesse kannst du dich mit weiteren Bausteinen spezialisieren zum Klangtherapeuten.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation empfohlen.

Mit Zertifikat. Ca. 61 UE.

· Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.02.2017-10.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11755

· Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12149

## Klangtherapie Chakra Kur

Körper und Geist

**Klangschwingungen stärken, reinigen und harmonisieren die Chakras. Wir arbeiten dabei mit Mantras, Klangschalen, Gongs, Leier, Monochord, Sansulas usw. Du konzentrierst dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die Meditation, Asana- und Pranyama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet.**

Klang und Klangschwingungen haben einen intensiven Bezug zu den Chakras, den Energiezentren. Im Yoga ist es daher eine alte Tradition, Chakras mit

Klangschwingungen zu stärken, zu reinigen und zu harmonisieren. Dabei verwenden wir neben unserer Stimme (Mantras) auch Musikinstrumente, die traditionell in der Klangtherapie eingesetzt werden. Beispielsweise Klangschalen und Gongs, Leier, Monochord, Sansulas usw. Kriyas, Erfahrungsaustausch in der Gruppe und die Teilnahme am Satsang runden das Programm ab.

Unter Anleitung konzentrierst du dich jeden Tag auf ein anderes Chakra. Die tägliche Meditation, Asana- und Pranyama-Sitzungen sind auf das spezielle Chakra des Tages ausgerichtet. So reinigst und harmonisierst du während dieser Woche alle Hauptchakras. Blockaden können sich lösen. Du erlangst Erfahrungswissen über deine feinstofflichen Ebenen und erlebst, wie du mit mentalen und energetischen Praktiken deine Befindlichkeit aktiv beeinflussen kannst. Besonders geeignet als Selbsterfahrung für Yogalehrer und -therapeuten.

· Maik Hofmeister, Jeannine Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11880

· Maik Hofmeister, Jeannine Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12199

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Schwerpunkt Rückenyooga - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du möchtest Klangschalen, Gongs und andere Klanginstrumente im Rückenyoogaunterricht einsetzen? Der kombinierte Einsatz von Körperübungen, Klangschwingungen, Atmung, Entspannung, Bewusstsein und zielgerichteten Affirmationen kann im besonderen Maße zur Auflösung von Rückenproblemen beitragen. Klangyogastunden sind sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.**

Du möchtest Klangschalen, Gongs und andere Klanginstrumente im Rückenyoogaunterricht einsetzen? Der kombinierte Einsatz von Körperübungen, Klangschwingungen, Atmung, Entspannung, Bewusstsein und zielgerichteten Affirmationen kann im besonderen Maße zur Auflösung von Rückenproblemen beitragen. Klangyogastunden sind sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.

· Pranava Heinz Pauly: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.02.2017-05.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11751

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du möchtest Klangschalen und / oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen? In dieser Weiterbildung lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst.**

**Mit den Klängen kannst du deine TeilnehmerInnen noch leichter in die Entspannung oder Meditation führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs auch gezielt in den Asanas oder beim Sonnengruss einzusetzen.**

Du möchtest Klangschalen und/oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen? Hier lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst. Mit den Klängen kannst du deine TeilnehmerInnen noch leichter in die Tiefenentspannung oder Meditation führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs auch gezielt in den Asanas und beim Sonnengruß einzusetzen. Klangyoga, auch Nada Yoga genannt, hat eine lange Tradition. Klangyogastunden sind bei Kursteilnehmern/innen sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.

· Alexandra Kabisch: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11961

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12160

## Klangtherapie im Yogaunterricht - Yogalehrer Weiterbildung Intensiv

Körper und Geist

**Mit den Klängen kannst du deine Teilnehmer/innen noch leichter in die Entspannung oder die Meditation führen. Du lernst, Klangschalen und Gongs gezielt bei den Yogaübungen einzusetzen. Ein Klangmassage Workshop vermittelt dir einen konkreten Einblick in die ganzheitliche und therapeutische Wirkung der Klangmedien auf den Menschen.**

Du möchtest Klangschalen und / oder Gongs im Yogaunterricht einsetzen? Hier lernst du, wie du mit Hilfe von Klang deinen Yogastunden eine besondere Note geben kannst. Mit den Klängen kannst du deine Teilnehmer/innen noch leichter in die Tiefenentspannung führen. Außerdem lernst du, Klangschalen und Gongs gezielt in den Asanas oder beim Sonnengruß einzusetzen.

Ein Klangmassagen Workshop vermittelt dir einen konkreten Einblick in die ganzheitliche und therapeutische Wirkung der Klangmedien auf den Menschen. Du lernst auch Klangmeditationen und kleinere Klangreisen zu gestalten.

Klangyoga, auch Nadayoga genannt, hat eine lange Tradition. Klangyogastunden sind bei den TeilnehmerInnen sehr beliebt und werden in der Regel gut besucht.

· Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11801

· Jeannine Hofmeister, Maik Hofmeister: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12106

## Kochkurs Vegane Rohkost und Ernährung

Körper und Geist

**Gesunde Vielfalt entdecken, zubereiten, genießen. Möchtest du dein Wohlbefinden steigern, dich gesund, schön und voller Energie fühlen – und das mit Genuss? Dann bist du hier genau richtig. In dem LeckeRoh-Workshop lernst du die gesunde Ernährungsweise kennen, die leicht zubereitbar und schmackhaft ist: rohe, vegane und vitalstoffreiche Köstlichkeiten.**

Möchtest du durch vegane Ernährung dein Wohlbefinden steigern und dich gesund, schön und voller Energie fühlen mit Rohkost – und das mit Genuss? Dann ist dieser Kochkurs genau richtig für dich. Entdecke und genieße gesunde vegane Vielfalt in der Ernährung. In dem Vegane Rohkost Kochkurs lernst du, dass Rohkost und vegane und vitalstoffreiche Köstlichkeiten leicht zuzubereiten und schmackhaft sind.

Viele vegane Speisen bereitest du in diesem Kochkurs selbst zu. Du lernst gesunde Alternativen zu Brot (ohne Mehl/glutenfrei), Aufstrich, Milch und Gourmet Desserts kennen. In diesem Kochkurs wirst du an der Herstellung eines abwechslungsreichen Rohkost Buffets mitwirken und es anschließend gemeinsam mit den anderen genießen.

Die Rezepte bekommst du zur Verfügung gestellt, so dass du die gesunden veganen Leckereien auch zukünftig selbst im Alltag herstellen kannst.

· Swetlana Weinmeister: Yoga Vidya Nordsee

**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12071

## Kongress: Yoga mit Kindern

Körper und Geist

**Yoga und Entspannung mit Kindern und Jugendlichen. Die beste Gelegenheit, die Möglichkeiten von Yoga mit Kindern und Jugendlichen, in Kindergarten und Schule in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Interessante Referenten, kinderyoga-erfahrene Yogalehrer, garantiert viel Spass in den Kinderyoga-Musterstunden. Bitte Detailprogramm anfordern.**

Yoga und Entspannung mit Kindern und Jugendlichen. Die beste Gelegenheit, die Möglichkeiten von Yoga mit Kindern und Jugendlichen, in Kindergarten und Schule in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Interessante Referenten, kinderyoga-erfahrene Yogalehrer, garantiert viel Spass in den Kinderyoga-Musterstunden. Bitte Detailprogramm anfordern.

· Sukadev Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 167€, MZ: 192€, DZ: 223€, EZ: 256€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11810

## Kopfschmerz Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Kopfschmerzen, Migräne und Nackenverspannungen sind weit verbreitet. Mit der Anti-Kopfschmerz-Massage erlernst du eine ganz spezifische Massage-Technik, die bei verschiedenen Arten von Kopfschmerz und Verspannungen Linderung verschaffen kann.**

Kopfschmerzen, Migräne und Nackenverspannungen sind weit verbreitet. Mit der Anti-Kopfschmerz-Massage erlernst du eine ganz spezifische Massage-Technik, die bei verschiedenen Arten von Kopfschmerz und Verspannungen Linderung verschaffen kann.

Die Anti-Kopfschmerz-Massage, die du in dieser Ausbildung lernst, setzt sich zusammen aus Elementen von:

- Meridian-Massage
- Metamorphose-Massage
- Ayurveda-Mukabhyanga
- Rebalancing (tiefe strukturelle Massage)
- Energiearbeit
- Reflexologie (Kennenlernen und Arbeiten mit entsprechenden Reflexzonen)
- Akupressur
- Craniosacralarbeit
- Gesichtsdiagnose
  
- Du erwirbst ebenfalls Wissen über
- Mögliche Ursachen und Arten von Kopfschmerz
- Zusammenhang von verspannter Muskulatur, Fehlhaltungen und Kopfschmerz

Mit dem in der Ausbildung vermittelten Wissen und den entsprechenden Techniken kannst du dir selbst, Freunden, Bekannten und Klienten vielleicht zu mehr Lebensqualität, Entspannung und Wohlbefinden verhelfen.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Zertifikat: Masseur/in für Kopfschmerz-Massage. Ca. 80 UE.

· Eric Vis Dieperink: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11988

## Kopfstand lernen

Körper und Geist

**Intensives Arbeiten am Kopfstand mit Vorübungen, genauer Erläuterung der Technik und vielen hilfreichen Tipps und Tricks. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.**

Der Kopfstand gilt als der König der Asanas wegen seiner vielfältigen Wirkungen auf Körper, Geist und Seele. Auch du kannst diese wunderbare Stellung schrittweise lernen und so über deine Grenzen hinauswachsen. Du wirst staunen, wie sich Mut und Kraft in dir entfalten und inneres Gleichgewicht

schenken. Du bekommst mehr Standfestigkeit, Selbstvertrauen und geistige Klarheit. Intensives Arbeiten am Kopfstand mit Vorübungen, genauer Erläuterung der Technik und vielen hilfreichen Tipps und Tricks.

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11902

## Korrekturen und Hilfestellungen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Für alle Yogalehrer, die lernen wollen, mit den Schwierigkeiten ihrer Schüler besser umzugehen. Neueste Erkenntnisse über Anatomie und Physiologie fließen mit ein. Schärfe deinen „diagnostischen Blick“ für die Möglichkeiten (und Unmöglichkeiten) deiner Schüler.**

Für alle Yogalehrer, die lernen wollen, mit den Schwierigkeiten ihrer Schüler besser umzugehen. Neueste Erkenntnisse über Anatomie und Physiologie fließen mit ein. Schärfe deinen „diagnostischen Blick“ für die Möglichkeiten (und Unmöglichkeiten) deiner Schüler.

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.02.2017-19.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11769

· Adinath Zöller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12174

## Kristall-Akupunktur Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Bei dieser Akupunkturtechnik werden die Nadis (Energiekanäle) mit einem Bergkristall behandelt. Der Kristall-Laser lässt Heilung geschehen. Lerne diese Technik anzuwenden und entdecke ihre vielfältigen Wirkungen. Nur zusammen mit Teil zwei möglich.**

Nadi Vibhava (nadi = Energiekanal, vibhava = Kraft, Würde, Befreiung), die tibetische/ayurvedische Kristall-Akupunktur, lässt sich nur bedingt mit der traditionellen chinesischen Akupunktur vergleichen. Statt mit Nadeln im Gewebe an ca. 360 Akupunkturpunkten wird hier nur mit Druck und Stimulation auf das Gewebe mit einem speziell ausgesuchten und geschliffenen Bergkristallstift (Laser) über die 72.000 Nadis behandelt.

Über diese Nadis (Energiekanäle) ist alles im Energiesystem Körper/Seele/Geist miteinander vernetzt. Der Kristall-Laser öffnet blockierte Nadis und verbindet dich so mit dem Licht der Heilung, das dann selbsttätig wieder seine Arbeit in dir leistet. Während einer Behandlung werden nur ein Kardinalpunkt und maximal drei Unterstützpunkte stimuliert. Außerdem wird ausgleichend über die Marmas (Vitalpunkte) gearbeitet.

Das Ausbildungsprogramm umfasst:

- » Meditation » Körper- und Energieübungen » Atem- und Energielehre » Wahrnehmungsschulung (Aura- und Energiefluss)
- » Kristall-Heilrituale, Kristall-Meditation » Visualisieren » Öffnung des dritten Auges » Austauschrunden » jeder Teilnehmer erhält täglich eine

Licht-/Energieübertragung "Kristall-Diksha"

Schwerpunkte im Teil 1:

» Behandlung von Rückenbeschwerden und Störungen, im Wirbelsäulenbereich » Spannungskopfschmerzen » Gesichtsneuralgien » Tinnitus » Schulter-Nacken-Syndrom » Periphere Schultergelenkbeschwerden » Tennisellenbogen » Herzrhythmusstörungen » Beschwerden der Brustwirbelsäule » Lumbalgie » Ischialgie » Morbus Bechterew

Teil 2:

» organische Störungen, ganzheitliche Behandlung  
» Schmerzen verschiedenster Ursache/ Allergien  
» Energetisches Gesamtgleichgewicht  
» Aktivieren der Hauptchakras  
» Lösung blockierter Emotionen  
» Spiritueller Entwicklungsprozess mit der Kristallarbit  
» Persönliche Themen, Frage/Antwort  
» Kleine Heilsteinkunde, Unterstützung beim Auswählen der persönlichen Heilsteine und des optimalen Behandlungs-Lasers

Einsatzmöglichkeiten:

Ohne therapeutische Ausbildung als Akupunktmassage im Entspannungs-, Ayurveda und Wellnessbereich, ergänzend zu Reiki, Entspannungsmassagen, Edelsteinanwendungen u.v.m. - in der Physiotherapie als Akupunkturmassage auf Verordnung oder vorbeugende Entspannungsmethode - in der Naturheilpraxis im therapeutischen Bereich als eigenständige, ganzheitliche Behandlungsmethode oder Zusatzbehandlung bei allen organischen Störungen, Schmerzen, Erkrankungen des Bewegungsapparates, vegetativen und energetischen Disharmonien.

Teilnahmevoraussetzung:

Die Ausbildung ist sowohl für Therapeuten als auch für in Meditation und Yoga oder Energiearbeit erfahrene Laien geeignet.

Bitte weiße, lockere Kleidung und Badehose bzw. Bikini mitbringen, außerdem Schreibmaterial und Buntstifte. Reine, geprüfte Kristall-Laser können in den Seminaren benutzt und erworben werden, ebenso Heilsteine für die ergänzende Edelsteintherapie.

Abschluss mit Zertifikat: Selbstreflektierende schriftliche Abschlussarbeit. Ca. 120 UE.

Ausbildungsgebühr für die gesamte Ausbildung (Teil 1 + Teil 2). Nur beide Teile zusammen buchbar.

Tagesablauf:

Der Tagesablauf folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf. Die Workshops, Vorträge, Meditationen und Yogastunden sind weitgehend auf das jeweilige Ausbildungsthema abgestimmt. 06.00 Meditation, 7-ca. 08.05h Satsang: Meditation, Mantrasingen, Lesung, ca. 08.05-09.00h Vortrag/Workshop, 09.15-11.00h Yogastunde, 11.00h Brunch; Mithilfe ca. 45 Minuten; Freizeit/ Studienzzeit. 13.30-18 Uhr Vortrag, Workshop/Massage oder Anwendungen bzw. Yogastunden, 18.00h Abendessen, 20.00-21.00h Satsang: Meditation, Mantrasingen, 21.00-ca. 22.00 Uhr Vortrag/Workshop oder Studienzzeit (je nach Ausbildung). Geringfügige Abweichungen möglich: Für das jeweilige Zertifikat ist die Teilnahme an all diesen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantrasingen morgens und abends und Yogastunden, nötig.

Teilnahmevoraussetzungen: Erfahrung mit Yoga und Meditation. Die Ausbildung ist sowohl für Therapeuten als auch für Laien geeignet. Bitte weiße (oder helle) Kleidung, Schreibmaterial und Buntstifte mitbringen. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile zusammen.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12128

## Kundalini Yoga Fortgeschrittene

Körper und Geist

**Für tiefe Praxiserfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie. Siehe S. XX.**

Du übst intensiv fortgeschrittene Praktiken. Du praktizierst Asanas mit längerem Halten, Bija-Mantras und Chakra-Konzentration, lange Pranayama-Sitzungen, Mudras, Bandhas, Kundalini Yoga Meditationstechniken. In diesem Kundalini Yoga Seminar praktizierst du intensiv die im Mittelstufen-Seminar gelernten Übungen für noch tiefere Erfahrung und Erweiterung des Bewusstseins zusammen mit weiterführender Theorie (Behandlung und Besprechung von ausgewählten Teilen der Hatha Yoga Pradipika).

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11826

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11848

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11858

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11893

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**09.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11928

· Sukadev Bretz, Atmamitra Mack, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11938

· Sivanandadas Elgeti, Atmamitra Mack, Chandrashekar: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**23.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11947

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12124

## Lach-Yoga für Yogalehrer, Kursleiter und Therapeuten

Körper und Geist

**Lerne Menschen sanft zu tiefem, herzhaftem Lachen zu führen um so die vielfältigen positiven Wirkungen des Lachens zu erfahren. Erlerne die Konzeption und Durchführung von Kursen im Yogalachen. Siehe S. XX.**

"Lachen heißt mit Gott zu sprechen". Lerne Menschen sanft zu tiefem, herzhaftem Lachen zu führen. Lachen stimuliert das Immunsystem, lindert Schmerzen, wirkt sich positiv Stoffwechsel und Hormonsystem aus, baut Ängste und Depressionen ab. Regelmäßiges Lachen verhilft zu einem gesunden, erholsamen Schlaf. "Ein Moment des Lachens, ein Spaziergang auf dem Land, eine einfache Berührung oder Tränen, können die Biologie in einer Weise reorganisieren, wie Medikamente es nicht können" und "Gesundheit basiert auf Glücklichkeit!". (Dr. med. Patch Adams, Begründer der "Klinik-Clowns"), Lachen hilft soziale Distanz zu verkürzen, ein besonderes Gruppengefühl stellt sich ein und verschafft Wohlgefühl und Zufriedenheit. Lachen entwickelt Humor. Durch den Abstand zum Alltag kann sich Lebens-Lust einstellen. Wir üben uns sanft im unterschiedlichen Lachen und setzen uns mit dem ernstesten Thema "Lachen" auseinander. Lerne Lachübungen, die zur Lachmeditation führen. Außerdem arbeiten wir mit Yogaübungen, Mudras, Entspannungstechniken, Meditation und Humor. Du lernst Konzeption und Durchführung von Stunden, Kursen und Seminaren im Yogalachen.

· Madhavi Fritscher: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.02.2017-01.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11776

## Lachyoga Übungsleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Durch einfache Lachübungen und Übungen aus dem Yoga lernst du Menschen zu einem tiefen, befreienden Lachen zu führen. Du lernst Kurskonzepte und Übungen auf Yogabasis, Meditationsformen und mehr.**

Lachyoga ist eine dynamische Meditation. Wenn du lachst, kannst du nicht denken und wenn du denkst, kannst du nicht lachen. In Indien treffen sich inzwischen Tausende Menschen in Lachgruppen, um frühmorgens gemeinsam zu lachen, bevor sie ihrer täglichen Arbeit nachgehen.

Du lernst in dieser Übungsleiterausbildung:

- einfache Entspannungstechniken, Atemübungen und Mudras
- Koordinationsübungen und Meditationsformen
- Heilende Übungen, die in die eigene Mitte führen, aus der ein tiefes, echtes Lachen entsteht
- humorvolle Übungen auf Yogabasis
- Lach- und Bewegungsübungen, die dich selbst und andere zu einem befreienden Lachen bringen
- Kurskonzepte
- neue wissenschaftliche Erkenntnisse und gesundheitliche Aspekte des Lachens

Nach Abschluss dieser Ausbildung kannst du:

- Lachyoga-Techniken in deinen normalen Yogaunterricht einfließen lassen
- spezielle Lachyoga-Kurse anbieten
- andere Kurse und Seminare mit gelegentlichen Lachyoga-Elementen auflockern

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation empfohlen, aber nicht Bedingung. Ca. 61 UE.

Abschluss/Zertifikat: "Lachyoga Übungsleiter/in (BYVG)".

· Madhavi Fritscher: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11924

· Madhavi Fritscher: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12150

## Lomi-Lomi - Hawaiianische Energiemassage Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne eine vollständige Lomi Lomi Massage zu geben. Mit Skript und Zertifikat. Beschreibung siehe S. xx.**

Hawaiianische Energiemassage hat ihren Ursprung in der rituellen Tempelmassage der Kahunas, der Meister bzw. Scha-manen oder Priester von Hawaii. Diese einzigartige Form der Körperarbeit gleicht Energiedefizite aus, löst Verspannungen und regt Selbstheilungsprozesse an. Sie kann Menschen helfen, alte Muster loszulassen und sie auf dem Weg in neue Lebensabschnitte begleiten. Du erlernst die drei Grundlagen der hawaiianischen Körperarbeit: die Atmung, das Fliegen und die Massagetechnik.

Die Atmung: Du erlernst das Mana-Atmen. Diese Technik lässt dich während der Massage im Fluss sein und hilft dir, dich mit kosmischer Energie zu verbinden. Mit jedem Einatmen lädst du dich mit Mana auf und lässt diese Kraft beim Ausatmen durch deine Hände in deinen Klienten fließen.

Das Fliegen: Das Fliegen ist eine Bewegungsmeditation der Hawaiianer, die es dir ermöglicht, dich während der Massage mit fließenden Schritten um den

Massagetisch zu bewegen. Sie verbindet dich mit der Kraft der Erde und lässt dich gleich-zeitig aus dem Herzen berühren.

Die Massagetechnik: Lange wellenförmige Streichungen, tiefe Bindegewebs-massage, sanfte Gelenklockerungen und Energiearbeit führen in einen Zustand der Tiefenentspannung und erlauben Körper und Seele, vollkommen vom Alltag loszulassen. Ausbildungsziel ist, dass du eine vollständige Hawaiianische Massage zu geben lernst die deinem Klienten das Gefühl völliger Einheit geben kann.

Du kannst sie anwenden:

- als professionelle zusätzliche Massagetechnik
- für Freunde und Bekannte für mehr Lebensqualität und Verbesserung der Beziehungen
- in eigener Praxis
- in Wellnesshotels etc.

Wenn du bereits Massagetherapeut bist kannst du durch diese Technik wunderbar dein Angebot erweitern. Falls du noch keine Erfahrung hast, kann die Ausbildung ein Schritt in eine neue Richtung sein, die dir ermöglicht eine neue berufliche Existenz zu gründen. Der Trend zu Wellness und Entspannung wird immer umfangreicher, so dass eine hohe Nachfrage nach Therapeuten da ist.

Teilnahmevoraussetzung: Offenheit auch für Yoga, Spiritualität und neue Erfahrungen. Ca. 80 UE.

Prüfung: Das Massageritual am Ende der Ausbildung ist gleichzeitig eine Art Abschlussprüfung. Du bekommst ein Feedback über die Wirkung der Massage durch den Menschen, den du massiert hast und ein Feedback vom Kursleiter. Mit Zertifikat.

· Carolyn Freudenberg-Bierwag: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.02.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11782

· Carolyn Freudenberg-Bierwag: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12083

## Mantra Yogalehrer/in Ausbildung Intensivwoche mit Narendra und Katyayani

Körper und Geist

**Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Du lernst u.a.: Wie kannst du Mantras in den Yogaunterricht einbauen, Themenyogastunden mit Mantras konzipieren, Mantras gezielt auswählen und einsetzen, je nach Zielsetzung. Mantras zur Harmonisierung, Mantras für bestimmte Eigenschaften u.v.m.**

Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Mantra-Yogastunden sind sehr beliebt, denn sie berühren einen tiefen spirituellen Kern in den Teilnehmern. Sie schenken neue Energie, harmonisieren Körper, Geist und Seele und erfüllen den Geist mit friedvollen, erhebenden Schwingungen. Deine Stimme ist dabei ein wichtiges Instrument. Lass dich vom gemeinsamen Singen inspirieren, entdecke dein musikalisches Potential und schöpfe Mut, die Mantras und das Singen wirkungsvoll in deinen eigenen Yogaunterricht zu integrieren.

Du lernst in dieser Ausbildung u.a.

- Mantras gezielt in den Yogaunterricht einzubauen
- je nach Zielsetzung Themenyogastunden mit Mantras zu konzipieren
- Mantras zur Harmonisierung
- Mantras für bestimmte Eigenschaften, uvm.
- Übungen und Methoden zur Stimmschulung
- Harmoniumspielen
- Kirtans und Mantras mit dem Harmonium zu begleiten

Als einzelne Weiterbildung (mit Teilnahmebescheinigung) oder als Pflichtbaustein für das Zertifikat „Mantra Yogalehrer/in (BYV)“.

· Narendra Hübner, Katyayani Ulbricht: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12167

## Mantra Yogalehrer/in Ausbildung Intensivwoche mit Sundaram

Körper und Geist

**Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Du lernst u.a.: Wie kannst du Mantras in den Yogaunterricht einbauen, Themenyogastunden mit Mantras konzipieren, Mantras gezielt auswählen und einsetzen, je nach Zielsetzung. Mantras zur Harmonisierung, Mantras für bestimmte Eigenschaften u.v.m.**

Lerne systematisch Yogastunden mit Mantra-Begleitung zu geben. Mantras können die Wirkung der Yogaübungen verstärken, vertiefen, harmonisieren. Mantra-Yogastunden sind sehr beliebt, denn sie berühren einen tiefen spirituellen Kern in den Teilnehmern. Sie schenken neue Energie, harmonisieren Körper, Geist und Seele und erfüllen den Geist mit friedvollen, erhebenden Schwingungen. Deine Stimme ist dabei ein wichtiges Instrument. Lass dich vom gemeinsamen Singen inspirieren, entdecke dein musikalisches Potential und schöpfe Mut, die Mantras und das Singen wirkungsvoll in deinen eigenen Yogaunterricht zu integrieren.

Du lernst in dieser Ausbildung u.a.

- Mantras gezielt in den Yogaunterricht einzubauen
- je nach Zielsetzung Themenyogastunden mit Mantras zu konzipieren
- Mantras zur Harmonisierung
- Mantras für bestimmte Eigenschaften, uvm.
- Übungen und Methoden zur Stimmschulung
- Harmoniumspielen
- Kirtans und Mantras mit dem Harmonium zu begleiten

Als einzelne Weiterbildung (mit Teilnahmebescheinigung) oder als Pflichtbaustein für das Zertifikat „Mantra Yogalehrer/in (BYV)“.

· Katyayani Ulbricht, Sundaram: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11847

## Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev

Körper und Geist

**Wer schon viele Monate oder Jahre mit einem Mantra arbeitet, braucht neue Anleitung und Tipps, um weiter zu kommen. Sukadev zeigt dir Techniken, um die Meditation tiefer und machtvoller werden zu lassen. Täglich mind. 3 Stunden Mantra-Meditation und geistige Mantra-Wiederholungen während den Yogastunden. Es ist hilfreich im Anschluss noch weiter im Ashram zu bleiben und eventuell eine Purushcharana, das klassische Ritual zur Mantrashakti-Aktivierung, durchzuführen.**

Sukadev gibt in diesem Seminar all denen, die mit einem Mantra meditieren, wertvolle Hinweise und Techniken, um ihre Meditation tiefer und machtvoller werden zu lassen. Gerade wer schon viele Monate oder Jahre mit einem Mantra arbeitet, braucht neue Anleitung und Tipps, um weiter zu kommen. Täglich mindestens 3 Stunden Mantra-Meditation in Verbindung mit geistiger Mantra-Wiederholung während der Yoga-Stunden, Spaziergänge etc. öffnet den Kilaka, sodass die Mantra-Shakti erwachen kann. Es ist hilfreich, nach dieser Woche eine oder zwei weitere Wochen im Ashram zu bleiben, um individuell mit dem Mantra tief meditieren zu können und vielleicht sogar eine Purushcharana, das klassische Ritual zur Mantrashakti-Aktivierung unter Anleitung von Sukadev durchzuführen.

· Sukadev Bretz, Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.01.2017-08.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 324€, MZ: 387€, DZ: 466€, EZ: 547€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11721

· Sukadev Bretz, Katyayani Ulbricht: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**17.09.2017-22.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12092

## Mantras als Kraftquelle für Yogastunden und Meditation - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Katyayani inspiriert dich, wie du Mantras und Kirtan in Yogaunterricht und Meditation integrieren kannst. Mantras helfen, die Asanas entspannt und mühelos zu halten, Mantrameditation führt in eine besondere Tiefe und Verbundenheit.**

Bereichere deine Yoga-Praxis mit der klaren Schönheit der Mantras. Meditative Yogastunden mit Mantrabegleitung sind gerade bei Fortgeschrittenen sehr beliebt. Auch für Gruppen, die schon lange zu dir zum Yoga kommen, ist es eine wunderbare neue Erfahrung, wenn du zwischendurch eine Stunde mit Mantras und Musik gibst. In dieser Weiterbildung kannst du dich inspirieren lassen, wie du Mantras und Kirtan in deinen Yogaunterricht integrieren und deine eigene Yoga-Praxis mit der klaren Schönheit der Mantras bereichern kannst. Hingebungsvolle Mantras schenken eine besondere Kraft und oft tiefe Erfahrungen der Yogastellungen. Sie helfen, die Asanas entspannt und mühelos zu halten. Spüre die Musik mit dem ganzen Körper! Bewege dich mit den

Klang-Schwingungen, atme und bringe deine innere Harmonie zum Ausdruck! Fließend, spürbar, lebendig und natürlich. Mantras als Werkzeug für die Gruppenmeditation können in eine besondere Tiefe und Verbundenheit führen. Eine Bereicherung für jeden Yogalehrer und Yogaschüler.

· Katyayani Ulbricht: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12195

## Mardhana Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Mardhana ist die ayurvedische Technik der kräftigen Massage. Du lernst gezielten Druck in der Massage anzuwenden, besonders auch Marmalehre und Marmapunkte.**

Mardhana ist die ayurvedische Technik der kräftigen Massage. In dieser Ausbildung lernst du gezielten Druck in der Massage anzuwenden. Dies löst tief sitzende Verspannungen, aktiviert den Entgiftungsprozess und intensiviert die Wirkung therapeutischer Öle. Die Lehre der Ayurveda Marmas (Vitalpunkte) ist ein wichtiger Bestandteil der Mardhana Massage.

Inhalte und Themen: -Marmalehre

-Wichtigste Marmapunkte

- Grundlagen der Ayurveda-Massage -Druckmassage-Techniken

-Gezielte Druckmassage bestimmter Marmapunkte

-Massagetechniken zum Lösen tiefsitzender Verspannungen -Schulung der Intuition zum Lösen energetischen Blockaden -Einsatz therapeutischer Öle

-Gegenseitige Massagepraxis

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation Ca. 81 UE.

Abschluss/Zertifikat: Praktische Lehrprobe während der Massageworkshops. Kurze schriftliche Abschlussarbeit. Bei Bestehen der Prüfung und Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat über die „Mardhana Massage Ausbildung (BYVG)“ des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten (BYVG).

· Azima Wiesner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12049

## Meditationskursleiter Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Ausbildung zum/zur Meditationskursleiter/in:Teil 1 (7 Tage): Vermittlung von umfangreichem theoretischen Wissen, Besprechung von Unterrichtstechniken und intensive Meditationspraxis. Teil 2: 5 Tage Schweigeweche. Einzeln oder kompakt beides zusammen buchbar.**

Erfahre in dieser Ausbildung die Tiefen der Meditation. Meditation ist neben Yoga die wichtigste Übung aller spirituellen Wege. Wer täglich Yoga und Meditation übt, schöpft daraus viel Kraft und Inspiration. Lerne in dieser Meditationskursleiter Ausbildung Menschen in die Meditation einzuführen und ihre Meditationspraxis zu begleiten. In dieser Ausbildung tauchst du in die innere Welt ein, gehst jenseits des Körper- und Gedankenbewusstseins und erfährst die Einheit des Selbst mit dem Kosmischen. In dieser Ausbildung bekommst du sehr tiefes theoretisches und praktisches Wissen über Meditation und den

spirituellen Yoga Weg. Du machst in dieser Ausbildung zum Meditationskursleiter tiefe Erfahrungen durch intensive Yoga Praxis und lernst, andere in die Meditation einzuführen und ihre Praxis zu begleiten.

Die Ausbildung besteht aus 2 Teilen. Während der ersten Woche der Meditationskursleiter Ausbildung lernst du die Theorie und die Unterrichtstechniken, übst 2x täglich Meditation und Mantra-Singen und hast eine Yoga Stunde. Die 2. Woche der Ausbildung ist eine schweigende Meditations-Intensiv-Woche mit 3x täglich Meditation, 2x täglich Yoga Stunden, 2x täglich Mantra-Singen und sehr wenig Theorie. Du kannst die 2. Woche auch zu einem späteren Zeitpunkt machen (5 Tage „Meditation Intensiv Schweigend“).

Die Themen der Meditationskursleiter Ausbildung sind zahlreich und vielfältig. Jeder Teilnehmer gibt in dieser Meditationskursleiter Ausbildung mehrere Meditationsanleitungen und Vorträge und bekommt anschließend Feedback von der Gruppe. Dies ist sehr wertvoll, sowohl für diejenigen, die noch nie eine Gruppe angeleitet haben als auch für erfahrene Seminarleiter/Lehrer.

Tagesablauf der Meditationskursleiter Ausbildung: Der Tagesablauf folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf. Voraussetzung für das jeweilige Zertifikat ist die Teilnahme an allen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yoga Stunden.

Zertifikat Meditationskursleiter: Nach der ersten Woche der Ausbildung erhältst du eine Teilnahmebestätigung. Wenn du an der anschließenden oder einer anderen Meditations-Intensiv-Woche bei uns teilnimmst oder schon teilgenommen hast erhältst du ein Zertifikat als Meditationskursleiter/in (BYVG). Ca. 153 UE.

Empfohlene Bücher: 'Meditation und Mantras' von Swami Vishnu-devananda, 'Göttliche Erkenntnis' von Swami Sivananda.

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**08.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11724

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**25.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - € - Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11954

· Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 91 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 561€, MZ: 649€, DZ: 758€, EZ: 872€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11908

## Meditationskursleiter-Ausbildung Kompakt Teil 1+2

Körper und Geist

**Erlerne es, Menschen in die Meditation einzuführen und ihre Meditationspraxis zu begleiten. Siehe S. xx.**

Erfahre in dieser Ausbildung die Tiefen der Meditation. Meditation ist neben Yoga die wichtigste Übung aller spirituellen Wege. Wer täglich Yoga und Meditation übt, schöpft daraus viel Kraft und Inspiration. Lerne in dieser Meditationskursleiter Ausbildung Menschen in die Meditation einzuführen und ihre

Meditationspraxis zu begleiten. In dieser Ausbildung tauchst du in die innere Welt ein, gehst jenseits des Körper- und Gedankenbewusstseins und erfährst die Einheit des Selbst mit dem Kosmischen. In dieser Ausbildung bekommst du sehr tiefes theoretisches und praktisches Wissen über Meditation und den spirituellen Yoga Weg. Du machst in dieser Ausbildung zum Meditationskursleiter tiefe Erfahrungen durch intensive Yoga Praxis und lernst, andere in die Meditation einzuführen und ihre Praxis zu begleiten.

Die Ausbildung besteht aus 2 Teilen. Während der ersten Woche der Meditationskursleiter Ausbildung lernst du die Theorie und die Unterrichtstechniken, übst 2x täglich Meditation und Mantra-Singen und hast eine Yoga Stunde. Die 2. Woche der Ausbildung ist eine schweigende Meditations-Intensiv-Woche mit 3x täglich Meditation, 2x täglich Yoga Stunden, 2x täglich Mantra-Singen und sehr wenig Theorie. Du kannst die 2. Woche auch zu einem späteren Zeitpunkt machen (5 Tage „Meditation Intensiv Schweigend“).

Die Themen der Meditationskursleiter Ausbildung sind zahlreich und vielfältig. Jeder Teilnehmer gibt in dieser Meditationskursleiter Ausbildung mehrere Meditationsanleitungen und Vorträge und bekommt anschließend Feedback von der Gruppe. Dies ist sehr wertvoll, sowohl für diejenigen, die noch nie eine Gruppe angeleitet haben als auch für erfahrene Seminarleiter/Lehrer.

Tagesablauf der Meditationskursleiter Ausbildung: Der Tagesablauf folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf. Voraussetzung für das jeweilige Zertifikat ist die Teilnahme an allen zur Ausbildung gehörenden Programmen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yoga Stunden.

Zertifikat Meditationskursleiter: Nach der ersten Woche der Ausbildung erhältst du eine Teilnahmebestätigung. Wenn du an der anschließenden oder einer anderen Meditations-Intensiv-Woche bei uns teilnimmst oder schon teilgenommen hast erhältst du ein Zertifikat als Meditationskursleiter/in (BYVG). Ca. 153 UE.

Empfohlene Bücher: 'Meditation und Mantras' von Swami Vishnu-devananda, 'Göttliche Erkenntnis' von Swami Sivananda.

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**08.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11725

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**25.06.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - € - Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11956

· Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 153 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11910

## Meditationslehrausbildung

Körper und Geist

Lerne, Menschen nicht nur in die Meditation einzuführen, sondern sie auch auf dem spirituellen Weg zu beraten und zu begleiten. Ein

**Meditationslehrer vermittelt nicht nur Techniken, sondern gibt auch Anweisungen und hilft dem Schüler, auf dem Entwicklungsweg voranzuschreiten.**

Lerne, Menschen nicht nur in die Meditation einzuführen, sondern sie auch auf dem spirituellen Weg zu beraten und zu begleiten. Ein Meditationslehrer ist mehr als nur ein Kursleiter. Im Gegensatz zum Meditationskursleiter vermittelt er nicht nur Techniken, sondern gibt auch Anweisungen und hilft dem Schüler, auf dem Entwicklungsweg voranzuschreiten. Außerdem kann der Yoga Vidya Meditationslehrer auch Mantra-Einweihungen geben. Während die Meditationskursleiter Ausbildung für Menschen verschiedenster Übungstraditionen geeignet ist, lernst du in der Yoga Vidya Meditationslehrer Ausbildung, den ganzheitlichen spirituellen Weg von Swami Sivananda, Swami Vishnu-devananda und Sukadev weiterzugeben. Daher sollten sich die Teilnehmer an dieser Ausbildung als Schüler in der Tradition von Swami Sivananda und Swami Vishnu-devananda fühlen. Diese Ausbildung ist die tiefgehendste Ausbildung bei Yoga Vidya. Die zweiwöchige Meditationslehrer Intensiv-Ausbildung beinhaltet nicht nur die genauere Anleitung für Beratung und Führung auf dem spirituellen Weg, sondern auch das Einweihungsritual zur Autorisierung für Mantra-Einweihungen.

Teilnahmevoraussetzungen: Teilnahmevoraussetzungen für Yoga Vidya Meditationslehrer/in Ausbildung

Die Meditationslehrer Ausbildung ist bausteinartig aufgebaut und beinhaltet folgende Teile, die Voraussetzung für den Besuch dieser beiden Intensivwochen sind:

1. 2-jährige Yoga Vidya Lehrer Ausbildung (wahlweise die 2-Jahres-Baustein Ausbildung, die 2-Jahres- oder die 3-Jahres-Ausbildung).
2. Meditationskursleiter Ausbildung
3. Wahlweise die Spirituelle Lebensberater oder die Psychologische Yogatherapie Ausbildung.
4. Die Mantra-Meditation Intensivwoche mit Sukadev und tägliche Meditationspraxis seit mindestens 2 Jahren.

ne umfangreiche theoretische und praktische Prüfung und kann nur belegt werden, wenn der Besuch aller anderen Teile nachgewiesen werden kann.

Zertifikat: "Meditationslehrer (BYV). Inklusive aller vorbereitenden Bausteine mind. 1120 UE.

· Sukadev Bretz, Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 168 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11991

## Meditative Tiefe in den Yogaunterricht bringen - Yogalehrer Weiterbildung:

Körper und Geist

**Wie kannst du noch mehr Tiefe in deinen Yogaunterricht bringen, Menschen Klarheit geben, tiefe Entspannung und Meditation in den Asanas erfahren lassen? Aufbau und Ablauf einer meditativen Yogastunde.**

Wie kannst du noch mehr Tiefe in deinen Yogaunterricht bringen, Menschen Klarheit geben, tiefe Entspannung und Meditation in den Asanas erfahren lassen? Neben der eigenen Erfahrung von tiefer Meditation in den Asanas lernst du Aufbau und Ablauf einer meditativen Yogastunde. Du lernst, die Stellungen so anzusagen, dass die Schüler sie lange halten können. Du lernst zu erkennen, wo sich deine Schüler während der Stunde geistig befinden und deine Ansagen darauf auszurichten. Ansatz sind dabei die Koshas, deren Erfahren und Transzendieren in den Stellungen. Du hast viel Gelegenheit, das Gelernte in Kleingruppen auszuprobieren. Das Feedback hilft dir, noch zielgerichteter anzusagen

· Adriaan van Wagenveld: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

09.07.2017-14.07.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11973

## Mental Yin Yoga

Körper und Geist

**Mental Yin Yoga ist eine Synthese aus Yin Yoga, mentalen Ausrichtungs-Prinzipien, Pranayama, Energielenkung, Achtsamkeit und Meditation. Du lernst die wichtigsten Yin Yoga Stellungen und wie du sie in die Yoga Vidya -Reihe oder andere Übungssequenzen einbauen kannst. In den anschließenden Meditationen wird die Wirkung des Yin Yoga vertieft und intensiviert.**

Mental Yin Yoga ist eine Synthese aus Yin Yoga, mentalen Ausrichtungs-Prinzipien, Pranayama, Energielenkung, Achtsamkeit und Meditation. Du lernst die wichtigsten Yin Yoga Stellungen und wie du sie in die Yoga Vidya -Reihe oder andere Übungssequenzen einbauen kannst. In den anschließenden Meditationen wird die Wirkung des Yin Yoga vertieft und intensiviert.

Du erlernst verschiedene Yin Yoga Haltungen (Asanas) in Verbindung mit Atmung, mentaler Ausrichtung, Achtsamkeit und Meditation. Du erhältst Tipps, wie du das Erlernte in deinen Yoga Stil integrieren kannst. Du erfährst, wie du verschiedene Meditationstechniken verwenden kannst, um die Wirkung von Yin Yoga zu vertiefen.

Seminar Inhalte: Einführung ins Yin Yoga; Erlernen der Yin Yoga Haltungen; Pranayama und Energielenkung; Integration der Yin Yoga Haltungen in die Yoga Vidya -Reihe;; Faszien-Kunde; Achtsamkeit und Meditation.

Die Begriffe Yin und Yang stammen aus dem chinesischen Kulturkreis und bezeichnen die Polarität, die unser Leben als Menschen dominiert. Die moderne Lebensweise ist in hohem Maße von Yang-Qualitäten bestimmt, wie Aktivität, Leistungsdruck, Stress und Hektik. Die dringend benötigten Yin-Eigenschaften (Entspannung, Ruhe, Erholung und Regeneration) bleiben daher oftmals auf der Strecke. Im Yin Yoga geht es um das Ankommen bei dir selbst auf allen Ebenen. Dein Körper wird beweglicher, die Energie-Ströme harmonisieren sich, der Geist kommt zur Ruhe und die Seele atmet auf. Yin Yoga wirkt unter anderem vor allem in den tieferen Schichten des Körpers, wie Faszien (Bindegewebe), Organen, Knochen und Gelenken. Die Yoga-Stellungen (Asanas) werden im Yin Yoga über einen Zeitraum von 3 - 5 Minuten - oder auch länger - gehalten. Durch dieses lange Halten wird der Energie-Fluss („Chi“ oder im Yoga „Prana“ genannt) harmonisiert. Der Chi-Fluss wird bei vorhandenem Energiemangel angeregt und bei übermäßigem Chi, das sich unter anderem durch Stress und Nervosität bemerkbar machen kann, ausbalanciert. Die Energiebahnen des Körpers (Meridiane oder Nadis) werden durch gezielte Übungen stimuliert, wodurch die inneren Organe tiefenwirksam harmonisiert werden. Ein harmonischer Chi-Fluss bildet die Basis der Gesundheit von Körper, Geist und Seele.

Durch den kreativen Umgang mit den klassischen Asanas und das längere Halten der Stellungen können Körper und Geist von einer neuen Perspektive her erfahren werden. Das absichtslose Verweilen in den Yin Yoga Posen eröffnet einen meditativen Raum zur Erforschung von Atem, Verstand und Emotionen. Durch die mentale Ausrichtung, z.B. auf den Atem, kann das Gedankenkarussell langsamer und die Identifikation mit den Geistesinhalten gelockert werden.

Du lenkst den Atem (Prana, Chi) durch Konzentration, Imagination und Visualisierung in verschiedene Stellen im Körper, um alle inneren Gewebe aufzuwecken. Dadurch belebst du den Körper mit Bewusstheit, Achtsamkeit und Gewahrsein. Außerdem kann Yin Yoga dir helfen die Position des Beobachters zu kultivieren, jenseits aller Urteile, Bewertungen und Analysen. Die Übung des Loslassens der leistungsorientierten Sichtweise wird zu einer lohnenden Herausforderung, die heilsame Erkenntnisprozesse auslösen kann. Emotionen, die im Bindegewebe gespeichert sind, werden möglicherweise freigesetzt und können mit einem mitfühlenden Herzen betrachtet werden. Die Propriozeption (die Körper-Innenwahrnehmung, eine Fähigkeit des

Bindegewebes) wird gefördert und verbessert. Yin Yoga ist eine hervorragende Prophylaxe gegen Stress und Burn-out. Das Ziel der Yin und Yang Harmonisierung ist schließlich das Überschreiten bzw. Transzendieren aller Dualismen im Akt der göttlichen Gnade, die nur durch Hingabe möglich wird. Yin Yoga gilt als der perfekte Gegenpol und Ausgleich zum dynamischen Yoga, und ist für jede Zielgruppe geeignet. Dieses Seminar steht ganz im Zeichen der tiefen Entspannung und Regeneration. Yin Yoga gilt als der Königsweg zur Tiefenentspannung.

· Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11736

· Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12087

## Mentales Training und Gedankenkraft Kursleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Seminare zum Themenkreis "Mentales Training, Gedankenkraft und Positives Denken" zu geben. Damit kannst du wertvolle Techniken für die Bewältigung des Alltags vermitteln.**

Der Alltag wird immer komplexer, die persönliche und wirtschaftliche Unsicherheit nimmt zu. Menschen leiden mehr und mehr unter Stress, Sinn- und Beziehungskrisen und können dem zunehmenden Druck nicht mehr Stand halten. Mit dieser Ausbildung lernst du, Seminare zum Themenkreis "Mentales Training, Gedankenkraft und Positives Denken" zu geben. Damit kannst Du Menschen wertvolle Techniken und Methoden vermitteln, die ihnen helfen:

- » ihr Leben gezielt in die Hand zu nehmen
- » herauszufinden, was sie wirklich wollen
- » ihr Lebensziel methodisch anzugehen
- » Konzentration und Effektivität zu entwickeln
- » im Alltag besser zurecht zu kommen
- » erfolgreicher im Beruf zu sein
- » zwischenmenschliche Kommunikation zu verbessern
- » ihr Umfeld aktiv zu gestalten statt zu reagieren

Inhalte der Ausbildung:

Raja Yoga Techniken zur: Kontrolle des Geistes - Beherrschung und Lenkung der Gedanken - Gezielter Einsatz von Gedankenkraft

Techniken aus verschiedenen modernen westlichen Richtungen: Gesetzmäßigkeiten des Unterbewusstseins - Konstruktives und destruktives Denken - Kreation von Powergedanken - Autosuggestion und Selbsthypnose.

Teilnahmevoraussetzungen: Vorkenntnisse in Yoga und Meditation. Ca. 60 UE.

Zertifikat: "Kursleiter Mentales Training und Positives Denken (BYVG)".

· Sudarshana Dinges: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**22.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12142

## Meridian Yoga im Westerwald

Körper und Geist

**Meridian Yoga - Yin Yoga speziell abgestimmt auf den Meridianverlauf nach der Organ Uhr. Yin Yogastunden und Workshops speziell für das klassische Meridiansystem, ergänzt durch Do-In, einem einfachen und harmonischen chinesischen Bewegungssystem. Deine Meridiane werden auf sanfte meditative Art und Weise gedehnt und das Qi in seinem natürlichen Fluss unterstützt.**

Meridian Yoga - Yin Yoga speziell abgestimmt auf den Meridianverlauf nach der Organuhr. An diesem Wochenende gehen wir in den Yin Yogastunden und Workshops speziell auf das klassische Meridiansystem ein. Ergänzt wird dieses erholsame Wochenende durch Do-In, einem einfachen und harmonischen chinesischen Bewegungssystem. Deine Meridiane werden auf sanfte meditative Art und Weise gedehnt und das Qi in seinem natürlichen Fluss unterstützt.

· Martin Schäfflmayer: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11743

## Motivationstrainer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne die unterschiedlichen Aspekte der menschlichen Motivation kennen und zu nutzen. Du bekommst alltagserprobte Motivationstools an die Hand, die du für dich selbst und in der täglichen Arbeit mit Kursteilnehmern, Kunden, Klienten, Mitarbeitern oder Teams anwenden kannst.**

Wie schaffen es erfolgreiche und glückliche Menschen immer wieder Inspiration, Begeisterung, Enthusiasmus und Disziplin zu entwickeln, um Herausforderungen zu meistern und ihre Ziele zu erreichen?

Lerne die unterschiedlichen Aspekte der menschlichen Motivation kennen und zu nutzen.

Du bekommst in dieser Trainer Ausbildung alltagserprobte Motivationstools an die Hand, die du für dich selbst und in der täglichen Arbeit mit Kursteilnehmern, Kunden, Klienten, Mitarbeitern oder Teams anwenden kannst. Lerne emotionale Keime zu pflanzen, entfachte das Feuer der Motivation in dir und deinen Mitmenschen.

Inhalte der Motivationstrainer/in Ausbildung:

- Arten von Motivation und Motiven
- Motivationsmodelle
- Psychologische und neurobiologische Grundlagen
- Motivation und Emotion
- Motivationsmuster
- Motivationstechniken
- Jeder ist anders: Individuelle Motivation erkennen und nutzbar machen

- Umgang mit individuellen Ängsten
- Niederlagen und Rückschläge in Energiequellen verwandeln

Voraussetzungen für die Motivationstrainer/in Ausbildung: Keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation sind hilfreich, da sie fester Bestandteil dieser Ausbildung sind.

Zertifikat der Trainer Ausbildung: Motivationstrainer/in (BYVG)

· Narendra Hübner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12080

## Mudra-Yoga

Körper und Geist

**Mudras sind Handhaltungen die deine tägliche Yogapraxis unterstützen. Sie sind leicht auszuführen, fördern die Konzentration, den Pranafluss und helfen bei Nervosität und Schlafstörungen.**

Mudras werden auch das kleine Fingeryoga genannt. In unseren Händen befinden sich alle wichtigen Energiepunkte, Meridiane nehmen hier ihren Anfang und durch deren Druck kannst du leichter in eine entspannte Geisteshaltung eintauchen, die Atmung wird positiv beeinflusst und die Heilung vieler Krankheiten unterstützt.

Das Wort Mudra bedeutet ursprünglich Siegel oder Mysterium. Mudras sind Handhaltungen, die bestimmte Bewusstseinszustände symbolisieren, schön zu sehen auf allen Abbildungen der Hindugottheiten, die dadurch den Grad ihrer Meditation zeigen, ihre Fähigkeiten, ihre spirituelle Macht, oder einfach Liebe. In unseren Händen befinden sich Energiepunkte, die durch das Verbinden, Beugen, Strecken bestimmter Finger eine tatsächliche Veränderung des Energieflusses bewirken. Mudras unterstützen deine tägliche Yogapraxis, sind leicht auszuführen, fördern die Konzentration, den Pranafluss, helfen bei Befindlichkeitsstörungen wie Nervosität und Schlafstörungen ebenso wie bei tatsächlichen Krankheiten. Zum Beispiel befindet sich im Daumen der Lungenmeridian, im Zeigefinger der Dickdarmmeridian und im kleinen Finger der Dünndarmmeridian. Es gibt Mudras bei Kreislaufbeschwerden, Allergien, Rückenschmerzen, gegen Müdigkeit, Traurigkeit, oder einfach für einen freudigen, liebevollen Geist. Das "Miniyoga", wie Mudras auch genannt wird, zeigt positive Wirkung auf die endokrinen Drüsen und damit unseren Hormonhaushalt, was bei vielen Wechseljahrsbeschwerden hilft. Wenn du deine Mudras in der Meditation verwendest, wirst du tiefer in die Stille eintauchen und schnell Fortschritte in der Meditation und auf deinem spirituellen Weg machen. Mudrayoga macht einfach Spaß und wenn du es erst einmal in deine Yogapraxis integriert hast, wirst du dich fragen, wie du jemals ohne diese kleinen Fingerübungen sein konntest.

· Sudarshana Dinges: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.05.2017-28.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11903

## Musikalische Arbeit mit Kindern - Fortbildung für Eltern, Lehrer, Erzieher, Yogalehrer

Körper und Geist

**Praxisorientiertes Seminar ist für alle, die musikalische Elemente in ihre Arbeit mit Kindern einbringen möchten. Erzieher, Lehrer, Yogalehrer**

und Eltern bekommen ein wertvolle Repertoire und Inspiration, um Kinder durch Klang und Bewegung in ihrer Entwicklung zu unterstützen. Themen u.a.: Musik als Ausdrucksmittel, Stimmbildung, Klang-, Percussioninstrumente, Lieder, Tänze, Spiele, Klanggeschichten. Gern eigene Instrumente mitbringen.

Rhythmus ist Leben, ist Energie! Der Körper in Bewegung ist das erste Ausdrucksmittel. Rhythmik fördert Bewegungsphantasie, Reaktion, Koordination, Dosierung der Kraft, die Flexibilität im Körper und im Geist sowie die Orientierung in Raum und Zeit. Unsere Stimme erzeugt Klang. Sprache wird von Rhythmik getragen. Du wirst Musik als Sprachrohr, Ausdrucks- und Hilfsmittel erproben, Stimmbildung sowie den kreativen Umgang mit der Stimme erfahren und einfache Liedbegleitungen mit Klang- und Percussionsinstrumenten kennenlernen. Nach der Einführung in die jeweiligen theoretischen Grundlagen hast du viel Zeit, ein breites Repertoire an Liedern, Tänzen, Spielen und Klanggeschichten zu erwerben.

Dieses praxisorientierte Seminar ist für jeden geeignet, der musikalische Elemente in seine Arbeit mit Kindern einbringen möchte. Erzieher, Lehrer, Yogalehrer und Eltern können gleichermaßen neue Inspiration erfahren. Du kannst gerne deine eigenen Instrumente mitbringen.

· Heike Mirabai Neukirch: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.08.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12017

## Nada Yoga Grundausbildung

Körper und Geist

**Du lernst Methoden des ursprünglichen Nada Yoga auf der Basis der "7 Töne des Lichts" in Theorie und Praxis kennen. Dies ergänzt durch gezielte Körperarbeit und Stimmtraining. Du erfährst, wie dein Atem und deine Stimme heilend auf alle Chakras und Nadis wirken und dich berühren können – bis in ganz feinstoffliche Schichten hinein. Die eigene Erfahrung ist die Grundlage, Nada Yoga selbst im Unterricht in pädagogischen, heilenden oder spirituellen Berufen anzuwenden.**

Nada Yoga bezeichnet das Jahrtausende alte Wissen um die Verbindung von Nada, dem Klang, den Nadis und Chakras (Energiebahnen und Körperzentren) und Nada Brahma, der gesamten Schöpfung oder Welt als Klang. Nada Yoga ist die älteste Yogapraxis überhaupt und es heißt, es sei der direkteste Weg hin zur Erfahrung von Sad Chid Ananda, der höchsten Glückseligkeit. Dabei ist die natürliche Stimme die Brücke zwischen Körper und Geist, ein wunderbares Instrument, das wir immer bei uns haben und uns verbindet mit einer nie versiegenden inneren Quelle von Wahrheit, Lebensfreude, Kraft, Kreativität und Heilung.

Die Grundausbildung verbindet alte Tradition und neue Klangwege. Sie führt ein in alte und neue theoretische Grundlagen und praktische Methoden des Nada Yoga. Du erlebst einen fließenden Wechsel zwischen freiem Tönen, Stimmmeditationen, Tönen in Bewegung und der eher strukturierten traditionellen Praxis des Nada Yoga, so wie es seit Alters her überliefert ist in der süd-indischen Musik: mit den „sieben Tönen des Lichts“, Raga, Tala und Kirtana im Wechselgesang und viel tönenden Erfahrungen und nach-klingenden Erlebnissen.

### Ziele der Ausbildung

- Du lernst deine natürliche Stimme kennen jenseits von alten Bewertungen
- Du lernst, deine Stimme zu nutzen, um deine inneren Kanäle „zu putzen“
- Du lernst dich „einzustimmen“ auf dich selbst, die Gruppe und alles, was diesen Moment „bestimmt“
- Du lässt deinen Alltag beflügeln von inneren und äußeren Klängen und entwickelst deine Intuition und Kreativität.
- Du vertiefst dein Wissen über die Welt als Klang, über die Wirkungszusammenhänge von Nada - Nadi - Chakras
- Du erfährst die heilende Kraft deiner natürlichen Stimme als Grundlage dafür, Nada Yoga selbst im Unterricht in pädagogischen, heilenden oder

spirituellen Berufen anzuwenden.

Inhalte im Einzelnen:

- Entspannung, Atem, Körper und Stimme - der Körper als Musikinstrument
- stimmige Bewegung - bewegende Stimme
- Von Nada, Nadis und Chakras
- Raga, Thala und Kirtana im Wechselgesang
- Nada Brahma: die grundlegende Natur des Klanges
- „Shubillo sapta swara“ - die sieben Töne des Lichts
- Bedeutung des Grundtones in Nada Yoga, Klangheilung und meditativer Musik
- Über Obertöne, modale und harmonische Musik
- Das Gesetz der Resonanz
- Nada Yoga im Verhältnis zu anderen Yogarichtungen

Die Ausbildung ist sehr gut geeignet für (angehende) Yogalehrer/innen, Therapeuten, Heilpraktiker, Gesundheitsberater - aber auch für alle, die einfach ihre ganz eigene, natürliche Stimme zur entfalten wollen!

Voraussetzungen: Grundkenntnisse in Yoga, Meditation oder in einem anderen heilenden oder therapeutischen Bereich sind hilfreich aber nicht notwendig. Freude am Singen und Bewegen und Offenheit für neue Erfahrungen.

Ca. 81 UE. Mit Zertifikat.

· Anne-Careen Engel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11845

· Anne-Careen Engel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12130

## Neue Asanas unterrichten - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst die genaue Ansage, Ausführung, Korrektur und Wirkung vieler Asanas, die optimal in den Unterricht der Yoga Vidya-Reihe integriert werden können. Du übst in der Gruppe mit gegenseitigem Unterrichten der einzelnen Asanas.**

Wenn du als Yogalehrer Hatha Yoga unterrichtest, willst du sicher auch die Yoga Asanas an deine Schüler anpassen. In dieser Weiterbildung kannst du erfahren, wie du neue Asanas in die Stunden bringen kannst. Du lernst die genaue Ansage, Ausführung, Korrektur und Wirkung vieler Asanas, welche du optimal in den Unterricht der Yoga Vidya Reihe mit einfließen lassen kannst. In dieser Yogalehrer Weiterbildung übst du in der Gruppe mit gegenseitigem Unterrichten der einzelnen Asanas.

· Hridaya Loosli: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY12023

## Neue Stellungen einführen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Mut zu Variationen! An diesem Wochenende lernst du Stellungen aus den 84 Grundasanas zu unterrichten, sie durch geeignete Vorübungen aufzubauen und harmonisch in die Yoga Vidya Grundreihe zu integrieren.**

Mut zu Variationen! An diesem Wochenende lernst du Stellungen aus den 84 Grundasanas zu unterrichten, sie durch geeignete Vorübungen aufzubauen und harmonisch in die Yoga Vidya Grundreihe zu integrieren. Du erweiterst dein Repertoire und bekommst ein größeres Verständnis für die Zusammenhänge in deinem Körper.

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**22.12.2017-24.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12225

## Neue Wege aus der Depression

Körper und Geist

**Spezielle Yogaübungen bringen dich zurück zu dir selbst. Du kannst dich besser konzentrieren und dich in deinem Körper zu Hause fühlen. Du trittst wieder in Kontakt zu deinem innersten Wesenskern. In einem geschützten Rahmen hast du die Möglichkeit, in Gruppen- Partner- und Einzelübungen alte Muster anzuschauen und neue Lösungsansätze zu finden.**

Einfache Yoga Körper- und Atemübungen, Tiefenentspannungen und spezielle Meditationen bringen dich zurück zu dir selbst. Mit der Yogapraxis berührst du alle Ebenen und bekommst so mehr Energie und Antrieb, bekommst besseren Zugang zu deinen Gefühlen, kannst dich besser konzentrieren und kommst in Kontakt mit deinem innersten Wesenskern. Du kannst ein tiefes seelisches Erwachen erleben und erkennen „Ich bin nicht nur dieser Körper, diese Gedanken, diese Gefühle. Ich bin viel mehr.“ Dein Leben kann einen neuen Sinn bekommen.

In einem geschützten Rahmen mit professioneller Begleitung hast du die Möglichkeit, durch Gruppen- Partner- und Einzelübungen alte Muster anzuschauen, ein besseres Gefühl für dich zu entwickeln und neue Lösungsansätze für dein Leben zu finden.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12159

## Nordsee Special: Yin Yoga

Körper und Geist

**Bringe den Yin Aspekt in deinen Urlaub und deine Yogapraxis - als Ausgleich zu dem meist im Alltag dominierenden Yang-Lebensstil mit viel Aktivität und Daueranspannung. Eine rundum entspannte Yoga Urlaubswoche, ideal ergänzt durch Sonne, Meer, Meditation und Mantra-Singen.**

Bringe den Yin Aspekt in deinen Urlaub und deine Yogapraxis - als Ausgleich zu dem meist im Alltag dominierenden Yang-Lebensstil mit viel Aktivität und Daueranspannung. Du darfst dir eine Auszeit gönnen und passiv werden, ohne aber nur „abzuhängen“. Weniger Handeln, sondern eher ein Geschehen lassen. Die Yin Yogapraxis ist geprägt durch länger und entspannt gehaltene Yin Yoga Positionen, unterstützt mit Hilfsmitteln wie Kissen, Blöcke und Gurte, wodurch besonders die tieferen Schichten des Bindegewebes, wie Faszien, Bänder, Sehnen und Gelenke, passiv gedehnt, sanft beansprucht, gekräftigt und in ihrer Funktion unterstützt werden. Durch die meditative Innenschau während der Asana wird die Achtsamkeit geschult, um körperliche und geistige Anspannungen besser wahrnehmen und loslassen zu können. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und die Lebensenergie wieder zum Fließen gebracht. Dein Körper kann sich regenerieren und Kraft schöpfen, um dem Alltagsstress widerstandsfähiger und mit nachhaltiger Wirkung zu begegnen. Eine rundum entspannte Yoga Urlaubswoche, ideal ergänzt durch Sonne, Meer, Meditation und Mantra-Singen. Du hast auch die Möglichkeit, nur für ein paar Tage zu kommen, dann zahlst du entsprechend anteilig.

· Shanti Wade: Yoga Vidya Nordsee

**06.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 390€, MZ: 487€, DZ: 622€, EZ: 766€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12018

## Passive Yoga - Inspirationen für den Yoga Unterricht

Körper und Geist

**Passive Yoga, der Yoga der Berührung, ist eine ideale Ergänzung für deinen Yogaunterricht. Du lernst Berührungsängste zu verlieren und sinnvollen Hands-on Support zu geben. Vertrauen und Entspannung werden gefördert, Anspannungen aus Bewegungsmustern und Verspannungen gelöst.**

Passive Yoga - der Yoga der Berührung, ist eine ideale Ergänzung für deinen Yogaunterricht. Du lernst Berührungsängste zu verlieren und physiologisch sinnvollen Hands-on Support zu geben, um Teilnehmer nicht nur in Asanas zu geleiten, sondern ihnen auch ein Wohlfühlerlebnis zuteilwerden zu lassen. Wohl dosiert eingesetzte Berührung kann deinem Teilnehmer nicht nur ermöglichen, die Asana mehr zu genießen sondern auch sie physiologisch korrekter auszuführen. Vertrauen sowie Entspannung können unterstützt werden, Anspannungen aus unachtsamen Bewegungsmustern und Verspannungen gelöst werden.

Passive Yoga ist Teil der Integrativen Yogatherapie (AYTM). Diese setzt sich aus mehreren Bereichen zusammen:

- dem Passiven Yoga der Berührung,
- dem Adya Yoga - einer psychologisch orientierten aktiven Arbeit mit der inneren Haltung
- den Asanas
- dem Wissen des Ayurveda
- und modernen Erkenntnissen von Verhaltensmedizin, Psychologie und Physiotherapie..

Auch für Yogalehrer und Therapeuten als Weiterbildung geeignet.

· Lara-M. Vucemilovic-Geeganage, Subash J. Geeganage: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12109

## Pawanmuktasana Yogalehrer-Weiterbildung

Körper und Geist

**Pawanmuktasana sind spezielle Übungsreihen, die von Swami Satyananda entwickelt wurden. Sie umfassen drei Asanagruppen: Anti-rheumatische Übungen, Übungen für Verdauung und Unterleib sowie Übungen gegen Energieblockaden. Lerne, Pawanmuktasana an deine Yogaschüler weiterzugeben.**

Lerne Pawanmuktasana anzuleiten und in deinen Yogaunterricht einzubauen. Pawanmuktasana sind spezielle Übungsreihen, die von Swami Satyananda, einem der ältesten und berühmtesten Schüler von Swami Sivananda und Gründer der Bihar School of Yoga, entwickelt wurden. Dr. Nalini Sahay ist persönliche Schülerin von Swami Satyananda und lehrt dich diese Übungen mit großer Exaktheit und hohem Fachwissen.

Sie umfassen drei Asanagruppen:

- Anti-rheumatische Übungen
- Übungen für Verdauung und Unterleib
- Übungen gegen Energieblockaden

Was für einen Nutzen bringt die Pawanmuktasana Reihe?

- Sie ist sehr wirkungsvoll bei gesundheitlichen Problemen und bei der Regeneration
- Sie stellt die perfekte Koordination zwischen verschiedenen Körperfunktionen (wieder) her
- Blockaden, die den freien Fluss von Prana in Körper und Geist verhindern, werden entfernt
- Die Gelenke im Körper werden gelockert
- besonders hilfreich sind die Übungen bei Arthritis, Rheuma und Herzproblemen
- Stärkung des Verdauungssystems
- Probleme mit Übersäuerung, Appetitlosigkeit, Verdauungsstörung, Diabetes und Krampfadern werden verringert oder überwunden
- Der Energiefluss im Körper verbessert sich besonders im Beckenbereich
- Pawanamuktasanas sind auch Meditationsübungen, da die Asanas geistig visualisiert, Atem und Bewusstsein synchronisiert werden
- Regelmäßiges Üben entfernt Blockaden, die chronischer werden können und einen physisch, emotional und psychisch beeinflussen können

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**02.04.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11824

## Persönliche und berufliche Orientierung in kulturkreativen Arbeitsfeldern

Spartenübergreifend

**Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit**

Das Seminar „Persönliche und berufliche Orientierung in kultur kreativen Arbeitsfeldern“ ist eine individuell zugeschnittene persönliche und berufliche Orientierungszeit (ggf. auch Reha- Maßnahme) mit dem Ziel der Wiedereingliederung und Kompetenzentwicklung für ein verantwortungsbewusstes Mitgestalten der Gesellschaft und die Entfaltung der eigenen Persönlichkeit.

Die TeilnehmerInnen sind in die Gestaltung von konkreten Projekten der interkulturellen Bildungs-, Kultur- und Medienarbeit integriert.

Auf Wunsch können Teilnehmer in das „Institut für persönliche und berufliche Orientierung“ der Akademie der Kulturen NRW einbezogen werden, einem integrativ arbeitenden Langzeitprojekt mit einer temporären, bei Bedarf betreuten Wohngemeinschaft.

Das Orientierungsprojekt wendet sich insbesondere an Jugendliche (ab 16 J.) und Erwachsene, die Benachteiligungen oder persönliche Einschränkungen erleben oder denen im Rahmen ihrer beruflichen Entwicklungsphase praktische Erfahrungen in einer auch international gemischten Gruppe förderlich sind.

Seit 1997 führen wir das Konzept erfolgreich in Bildungsstätten in Wuppertal und Essen und mit Kooperationspartnern im Netzwerk des Prokulturgut.net durch. Die Beteiligten betätigen sich in den verschiedenen projektartig gestalteten Feldern der beruflichen Bildung.

Die Projekte und Inhalte werden so organisiert, dass je nach Fähigkeit der Sinn der Inhalte, Hintergründe, Fertigkeiten und Fähigkeiten erlernt und Zusammenhänge in einem oder mehreren Feldern der beruflichen und persönlichen Bildung klar werden. Die Projekte werden entwickelt und gestalten sich dann in Kleingruppen und verschiedenen Lernfeldern:

- Hauswirtschaft und gesunde Ernährung
- Haus- und Werkstattpflege
- Betrieb von Hostel und Jugend-/Bildungsstätte
- Organisation von und Mitwirkung an Jugend-/Kultur- und Bildungsprojekten
- Bildende Kunst, Musik, Tanz, Theater, Literatur und Medien
- Kulturmanagement, Marketing, Öffentlichkeitsarbeit
- Jugendarbeit, Jugendkunstschulprojekte
- Naturschutz- und Ökologieprojekte
- Gesundheitsvorsorge, Heilung, Wellness und Entspannung
- Gestaltung von Printmedien, Webdesign
- Bild-, Ton- und Bühnentechnik
- Audio und Videoarbeit
- Umgang mit EDV und digitalen Medien aller Art

Insbesondere künstlerische und spartenübergreifende Projekte und ein kreatives, offenes Bewusstsein ermöglichen einen ganzheitlichen Ansatz der Lernerfahrungen. Wir lernen in Zusammenhängen und versuchen dabei sinnvolle Beiträge auch für andere Menschen außerhalb zu leisten.

Dieses Vorgehen schafft freudvolle und zufrieden stellende Prozesse und Lernerfahrungen für den Einzelnen selbst und für ihn in der Gruppe und Gesellschaft.

Darüber hinaus werden große Jahres-Projekte für alle entwickelt, in dem die Ergebnisse der einzelnen Bereiche zusammenlaufen.

Hier ist die Chance, an einer gemeinsamen Aufgabe zu wachsen, voneinander zu lernen und sich gegenseitig zu stützen. Inhaltlich werden Brücken gebaut zwischen philosophischen, elementaren, gestalterischen und modernen, technologischen Erfahrungen und Kenntnissen.

Dabei entstehen als Projektergebnisse zum Beispiel Ausstellungen, Bücher, Videos, Konzerte, Performances oder thematisch orientierte Theaterstücke, die als Landschafts- oder Bühnenszenierungen vor Ort und auf Tourneen gespielt und verfilmt beziehungsweise medial dokumentiert werden. Offene und ehrliche Kommunikation, friedvolle Konfliktlösung, Krisenbewältigung, interkulturelle Verständigung und Toleranzförderung sind dabei wichtige Aspekte.

Die Sinn- und Zukunft-Suchenden finden bei Mitarbeitern und fortgeschrittenen Teilnehmern Hilfestellungen – auch bei emotionaler Desorientierung. In den Aktivitäten des täglichen Lebens benötigen Einzelne intensivere Hilfestellung. Problematische Momente und Phasen, werden von uns in Gesprächen und täglichen Angeboten zur Entspannung durch Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen aufgefangen.

Positive Werte für ein sinnvolles Leben, zukunftsweisende positive Denkansätze und die Erkenntnis individueller Verantwortlichkeit für das eigene und gemeinschaftliche Wohl fördern Reha, Beteiligung und Entwicklung. Die Reflexion der Lernerfahrungen wird individuell gefördert und kontinuierlich begleitet. Dabei werden Perspektiven für die weitere berufliche und persönliche Zukunft entwickelt und initiiert.

Im Team der Akademie der Kulturen NRW ist bei Bedarf auch fachärztliche Beratung möglich, deshalb eignet sich diese Maßnahme auch für berufliche Rehabilitierende.

Die Akademie der Kulturen NRW kooperiert im Netzwerk des Prokulturgut.net mit vielen Partnern in NRW und in Bochum insbesondere mit dem Kulturgut e.V. (seit 1988 Träger der beruflichen Rehabilitation u. staatl. anerkannter Einrichtungen der Weiterbildung. Der Verein kooperiert traditionell mit den Städten Essen, Bochum, Wuppertal, Hattingen, Dortmund - den Kultur- und Jugendämtern und Sozialen Diensten, der Arge, Trägern der Gemeinwohlarbeit und Jobperspektiven)

Zum Team gehören:

Reinhard Kreckel, Sozialpsychologe und Soz.-Päd. /

Kunsterzieher Sek II, (Leitung der Einrichtung)

Gordana Simundza, Musikpädagogin und

Lehrerin (Erzieherausbildung)

Daniel Fenge, Dipl.-Päd. und Mitarbeiter in Jugend- und

Erwachsenenbildung

Dr. med. Henry Stahl, Arzt für Neurologie und Psychiatrie, Psychotherapie

[akademie@prokulturgut.net](mailto:akademie@prokulturgut.net)

[www.prokulturgut.net/akademie.html](http://www.prokulturgut.net/akademie.html)

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**02.01.2017-31.01.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft. Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12278

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**01.02.2017-28.02.2017.** 20 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 160 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft. Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12291

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.03.2017-31.03.2017.** 23 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 184 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12292

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**03.04.2017-28.04.2017.** 20 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 160 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12293

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**02.05.2017-31.05.2017.** 22 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 176 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12294

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.06.2017-30.06.2017.** 22 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 176 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12295

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**03.07.2017-28.07.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12296

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.08.2017-31.08.2017.** 23 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 184 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12297

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.09.2017-29.09.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12298

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**02.10.2017-31.10.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12299

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.11.2017-30.11.2017.** 21 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 168 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12300

---

Gordana Simundza · Reinhard Kreckel, Daniel Fenge & Team: BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**01.12.2017-29.12.2017.** 16 Werktage 12-19h. - Ausbildung. 128 Uh - 400 € - Gebührenbefreiung für Mitglieder der Wohn- und Lebensgemeinschaft.  
Sonderkonditionen für Ehrenamtliche, Projekt- oder Fördermitglieder, Stipendien für StudentInnen - Nr. ABOL12301

---

## Physioga - Yoga und Physiotherapie für den Rücken - Yogalehrer und Yogatherapeuten Weiterbildung Körper und Geist

In diesem Kurs lernst du Krankheitsbilder klar zu befunden und daraus deine Therapie zu entwickeln. Inhalte: Indikation- Kontraindikationen, Übungsplan und Heimprogramm zu den Körperregionen: LWS, ISG, HWS, Schulter, obere und untere Extremitäten. Ziel: Klare Strukturen zu schaffen und für dich und deinen Teilnehmer/Klienten jederzeit wissen, was du wann und warum tust.

Das Wort Yoga stammt aus dem Sanskrit und bedeutet "ins Joch spannen" oder "zusammenbinden". Was bindet Yoga zusammen? Sicherlich Körper, Geist und Seele. Aber auch den Menschen mit dem reinen Bewusstsein, mit Gott.

Yoga und Physiotherapie verbinden und bereichern sich gegenseitig. In diesem Kurs lernst du Krankheitsbilder klar zu befunden und daraus deine Therapie zu entwickeln. Klare Strukturen zu schaffen und für dich und deinen Patienten jederzeit wissen, was du wann und warum tust. Wenn du dich sicher in den Strukturen bewegst, dann überträgt sich diese Sicherheit auch auf deinen Patienten

Inhalte:

LWS:

Red Flags

Flexions-Extensionsprobleme, Gleitwirbel, Skoliose, Bechterew, Osteoporose, ISG

Indikation- Kontraindikationen, Übungsplan, Heimprogramm, Does-don`ts, Ernährung Hüfte Coxarthrose, Tep, Perthes, OD, freier Gelenkkörper Kapselmuster, Dehntechniken Knie Meniscus, freier Gelenkkörper, Arthrose, Tep, muskuläre Affektionen, Sehnen- und Bänderverletzungen, Heilungszeiten Fuß OSG, Athrose, Sprunggelenksverletzung Fascitis Plantaris, Marschfraktur, Hallux valgus, Achillessehnenverletzung

HWS:

Bandscheibenvorfall, -vorwölbung, Arthrose, Schleudertrauma, Blockierung BWS Bechterew, Scheuermann, Fraktur, Osteoporose, Herzsensationen Schulter:

Impingement, Supra-Infraspinatustendopathien, Bursitis, energetische Probleme Frakturen, Totalendoprothese

Ellbogen:

Loosebody, Epicondylus med. lat., Arthrose

Hand:

Instabilität, Arthrose, Fraktur, Heilungszeiten, Indikationen - Kontraindikationen DSG, Tapetechnik. Ziel: Klare Strukturen zu schaffen und für dich und deinen Teilnehmer/Klienten jederzeit wissen, was du wann und warum tust.

· Maha Devi Deemter: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarstag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12079

### Praktische Schritte zum inneren Frieden

Körper und Geist

**Ein sehr wirkungsvolles, transformatorisches Seminar mit vielen Anregungen. Unter anderem zu: Mehr Energie im Alltag – Umgang mit Emotionen – Unverarbeitetes integrieren – Positives Denken – gute Beziehungen zu den Mitmenschen aufbauen – seine Lebensaufgabe finden – Beziehung zu etwas Höherem aufbauen.**

Praktische Schritte und Anregungen zum inneren Frieden können sein: Mehr Energie im Alltag – Umgang mit Emotionen – Yoga und Meditation – keine

Angst vor negativem Denken – Unverarbeitetes integrieren – Positives Denken – Zufriedenheit und Dankbarkeit entwickeln – Genießen lernen – gute Beziehungen zu den Mitmenschen aufbauen – seine Lebensaufgabe finden – Sinn und roten Faden erkennen – Beziehung zu etwas Höherem aufbauen. Ein sehr wirkungsvolles transformatorisches Yoga und Meditation Seminar mit vielen Anregungen, den Frieden in sich selbst zu spüren. Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Christian Einsiedel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12216

## Prana Heilung Ausbildung Grundkurs

Körper und Geist

**Prana-Heilung ist ein System, welches Energieblockaden abbauen, Chakras öffnen und das Prana zum Fließen bringen kann. Du lernst u.a. deine eigenen Energien zu harmonisieren und die verschiedenen Ebenen deines Wesens zu heilen sowie Prana Heilenergie zu übertragen.**

### Details

Aufbauend auf den Lehren von Swami Sivananda und Swami Satyananda hat Dr. Nalini Sahay ein System der Prana Heilung entwickelt, mit dem Menschen mit wenig Aufwand Energieblockaden abbauen, Chakras öffnen und das Prana zum Fließen bringen. Diese Techniken wirken wie Reiki für körperliche und geistige Gesundheit. Diese Prana Heilungs-Techniken verhelfen zu:

- Stärkung der Selbstheilkräfte - geistigem und emotionellem Gleichgewicht - Erhöhung von Kreativität - Steigerung von Bewusstheit u. Klarheit des Geistes - Stärkung von Selbstvertrauen u. Selbstwertgefühl - Zugang zu den Tiefenschichten der Seele Dr. Nalini Sahay hat die Effizienz dieser Techniken erfolgreich zeigen können im klinischen Kontext zur Heilung von Krankheiten und im Rahmen ihrer Sozialarbeit mit Aidskranken und Obdachlosen in den Slums von Delhi sowie mit Drogen- und Alkoholsüchtigen zur Unterstützung bei der Überwindung von Süchten. Diese Techniken eignen sich sowohl zur Selbstheilung also auch zur Heilung von anderen. Sie bestehen aus: Arbeit mit Mantras, Speziellen Atem-techniken, Visualisierungstechniken für die Öffnung der Energiekanäle (Nadis), Harmonisierung und zum Ausgleich der Chakras, Nutzung von speziellen Symbolen. Die Übungen können im Sitzen und Liegen ausgeführt werden und sind daher für alle Menschen, Gesunde und Kranke, Junge und Alte, Yoga Erfahrene und Laien, geeignet. Du lernst in dieser Ausbildung: » deine Energien zu harmonisieren und damit die verschiedenen Ebenen deines Wesens zu heilen, so dass die Energie durch dich fließen kann » dein Prana zu regenerieren, Burnout vorzubeugen » dich vor Fremdenergien zu schützen » Prana Heilübungen kompetent zu vermitteln » anderen Prana Heilenergie zu übertragen, wobei Dr. Nalini Sahay großen Wert darauf legt, dass für das Übertragen von Prana Heilenergie kein Geld verlangt werden darf. Eine Ausbildung, die für Yogalehrer, Heilpraktiker, Psychotherapeuten, Sozialarbeiter, Krankenschwestern und alle, welche Menschen mit Problemen helfen wollen, sehr wertvolle, einfach anzuwendende Techniken gibt.

Ausbildungsleiterin Dr. Nalini Sahay,

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation. Ca. 108 UE. Mit Zertifikat.

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.03.2017-31.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11812

## Pranaheilung Aufbaukurs

Körper und Geist

**Aufbau- und Weiterbildungskurs für Absolventen der Pranaheilung-Ausbildung. Intensive interaktive Pranaheilung-Praxis in der Gruppe. Themen: \* Weitergabe der Prana Heilungstechniken: Wie bilde ich Teilnehmer/Schüler in Prana Heilung aus? \* Ratschläge und Umgang mit Teilnehmern bei Prana-Erweckungserfahrungen \* Eventuelle auftretende Schwierigkeiten und häufige Fragen von Teilnehmern und der Umgang damit. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung**

Aufbau- und Weiterbildungskurs für Absolventen der Pranaheilung-Ausbildung. Intensive interaktive Pranaheilung-Praxis in der Gruppe. Themen: \* Weitergabe der Prana Heilungstechniken: Wie bilde ich Teilnehmer/Schüler in Prana Heilung aus? \* Ratschläge und Umgang mit Teilnehmern bei Prana-Erweckungserfahrungen \* Eventuelle auftretende Schwierigkeiten und häufige Fragen von Teilnehmern und der Umgang damit. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung. Teilnahmevoraussetzung: Pranaheilung Ausbildung

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-12.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11832

## Pranayama - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Erweitere deine Kenntnisse in Pranayama und bereichere deine Yogastunden durch spezielle und hochwirksame Atemübungen.**

Bereichere deine Yogastunden durch spezielle und hochwirksame Atemübungen. Lerne, die Atemübungen an die Bedürfnisse deiner Teilnehmer/innen anzupassen. Erfahre auch mehr über die yogatherapeutischen, energetischen, emotionalen, geistigen und spirituellen Wirkungen des Pranayama.

Themen:

- Atemübungen im Alltag – Pranayama beim Gehen, Autofahren, bei Besprechungen
- Atemübungen für Transformation von Ärger und Lampenfieber
- Variationen von Kapalabhati, die weit über das in der Yogalehrer Ausbildung Gelernte hinausgehen
- Variationen der Wechselatmung
- Mudras und Bandhas, die auch im normalen Yoga Unterricht gelehrt werden können
- einfache und komplexere Variationen von Surya Bedha, Ujjayi, Bhramari, Sitali, Sitkari, Murcha und Plavini für den normalen Yogaunterricht
- Atemübungen bei Störungen von Vata, Pitta und Kapha
- Atemübungen bei Beschwerden des Atemsystems sowie neurologischen Störungen
- Unterrichten von Atemkursen und Atem-Workshops

Diese Pranayama Weiterbildung ergänzt die Yogalehrer Ausbildung, die Atemkursleiter Ausbildung und die Weiterbildung „Unterrichten von Fortgeschrittenem Pranayama und Kundalini Yoga“. Im Unterschied zur Ausbildung „Unterrichten von Fortgeschrittenem Pranayama“ können die hier gelehrt Atemübungen auch in den normalen Yoga Unterricht integriert werden. Im Unterschied zur Atemkursleiter Ausbildung steht hier das Fachliche, also die Techniken an sich, im Mittelpunkt.

· Sukadev Bretz, Radharani Birkner, Shaktipriya Vogt: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11833

**Professionelle Feng Shui Ausbildung mit Zertifikat:  
Feng Shui Berater/in für Haus, Landschaft, Garten und Business (Abschnitt 2017)**

Teil 1 & 2 nur zusammen buchbar

Schwerpunkte sind neben der klassischen Formen- und Kompassschule das Innere Feng Shui und die praxisbezogene Umsetzung für die Feng Shui Beratung.

Während der Ausbildung üben die Teilnehmer an vorgegebenen Beispielen und eigenen Grundrissen. An verschiedenen Praxistagen lernen sie die Beratungstätigkeit und Zusammenhänge der einzelnen Feng Shui Richtungen vor Ort kennen.

Ein weiterer Teil der Ausbildung sind mentale Übungen. Diese dienen dem Erfühlen von äußeren und inneren Räumen, um die eigene Sensibilität für eine spätere Beratungssituation zu steigern.

Termin 2016 (Abschnitt 1) in Seminarcode: ABOL11642

Haus-Charakterstudie I + II

Sem. I: San Yuan = 3 Zyklen: Grundlagen des geomantischen Systems der 'Flying Stars' in Privathäusern und Geschäftsräumen  
Termin: 13. - 15. Januar 2017

Sem. II: Geomantisches Aufbauseminar: Feng Shui in Landschaften, Gärten und Städteplanung  
Termin: 20. - 22. Januar 2017

Radionik in der Beratung - Informations- und Mentaltraining

Energetische Arbeit und Energetisches Heilen von Haus, Grund und Mensch  
Termin: 10. - 12. Februar 2017

Baze Suanming - Charaktertypologie I + II

Sem. I: Die 4 Säulen des Schicksals  
Termin: 10. - 12. März 2017

Sem. II: Persönlichkeitsanalyse in der Beratung  
Termin: 17. - 19. März 2017  
Praxistag

Umsetzung und Üben der Beratung vor Ort  
Termin: Sa., 1. April 2017  
Radiästhesie und Geomantie

Gesundes Wohnen und Schlafen, sowie praktischer Umgang mit der Rute zur Bestimmung und Lenkung von Energie.  
Termin: 28. - 30. April 2017  
Businessberatung I + II und Praxisfall

Die Beratungsarbeit in Unternehmen und Geschäftsbetrieben.  
Das Beratungsgespräch in der Businessberatung und Praxistraining.  
Termin: 12. - 14. Mai 2017  
Termin: 19. - 21. Mai 2017  
Praxistag

Umsetzen und Üben der Beratung vor Ort  
Termin: Sa., 10. Juni 2017

Abschluss-Colloquium

Abgabe der Praxisarbeit: 19. Juni 2017  
Praxisfallarbeit, Coaching, Besprechung der Hausarbeit  
Termin: 17. + 18. Juni 2017

Franz-Karl Rösberg · : Feng Shui Center, Thürmchenswall 66a, 50668 Köln  
**13.01.2017-18.06.2017.** Fr 18.00 - 21.00, Sa 10.00 - 17.00 (1,5 Std. Mittagspause), So 9.30 - 14.30  
. - Seminar / Ausbildung. Uh - € - - Nr. AKFS11643

## Progressive Muskelentspannung (PMR) nach Jacobson - Kursleiterausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Entspannungskurse in Progressiver Muskelrelaxation nach Jacobsen anzuleiten. Du kannst PMR als einzige Entspannungsmethoden oder als Ergänzung zu anderen lehren. PMR ist vor allem in den USA weit bekannt und auch wissenschaftlich belegt. Baustein der Entspannungstherapie-Ausbildung.**

Die Progressive Muskelentspannung nach Jacobson befreit von Anspannung und Stress. Die Wirksamkeit dieses Entspannungsverfahrens ist in mehreren wissenschaftlichen Studien getestet und nachgewiesen.

Die Progressive Muskelentspannung, die du in dieser PMR Kursleiter Ausbildung lernst, ist vor allem eine in den USA bekannte Entspannungsmethode (vergleichbar der Bekanntheit des Autogenen Trainings in Deutschland).

Im Mittelpunkt der Entspannungs Ausbildung steht das gründliche Erlernen und Spüren der PMR und das Anleiten anderer. Du erhältst in der Ausbildung ein 35-seitiges Script zur eigenen Verwendung für deine Entspannungskurse und das Anleiten von Entspannung, inklusive ausgearbeiteter Unterlagen für deine Unterrichtsplanung.

In dieser Progressive Muskelentspannung Kursleiter Ausbildung werden zunächst die Grundlagen des PMR als Entspannungstechnik vermittelt: Die Progressive Muskelentspannung besteht aus der fortschreitenden (engl. = "progressive") Anspannung und anschließenden Entspannung der wichtigsten Muskelgruppen.

Anschließend lernst du in der PMR Kursleiter Ausbildung durch regelmäßiges Üben die Entspannung im Körper zu verankern. So steht dir danach eine Reihe von Kurz-Entspannungsübungen für "Zwischendurch" zur Verfügung.

Nach Abschluss der Progressive Muskelentspannung Kursleiter Ausbildung weißt du, dass sich die Progressive Muskelentspannung erfolgreich mit anderen Entspannungsverfahren und mit der Psychotherapie kombinieren lässt.

In der Oberstufe der Progressiven Muskelentspannung nach Jacobson trifft man z. B. auf Elemente aus dem NLP, dem "Neurolinguistischen Programmieren" wie das "Ankern" oder Phantasie- und Körperreisen, die der Tiefenentspannung im Yoga ähnlich sind. Diese werden in der Ausbildung kurz gestreift.

Nach erfolgreicher Teilnahme an der PMR Ausbildung kannst du:

- » Progressive Muskelentspannung (PMR) Kurse an Volkshochschulen und an anderen Institutionen anbieten
- » eigene Entspannungskurse nur mit Progressiver Muskelentspannung oder erweitert mit anderen Entspannungsverfahren anbieten
- » Als Yogalehrer, Yogalehrerin die Progressive Muskelentspannung, die dir aus der Yogalehrer Ausbildung bekannt ist, in der Anfangs- und Endentspannung variieren
- » in der Endentspannung die mentale Variante anwenden
- » die Oberstufe, die wir kurz streifen, bei der Anleitung von Meditationen verwenden
- » deine eigene Fähigkeit zur Entspannung erhöhen
- » Zur Entspannung zwischendurch: Progressive Muskelentspannung mit vier oder sieben Muskelgruppen (statt 16), mit allen Muskelgruppen gleichzeitig, im Verkehrsstau, am Schreibtisch, in Sitzungen und Konferenzen

Inhalte der Progressive Muskelentspannung Kursleiter Ausbildung:

- » Funktionsweise der Progressiven Muskelentspannung
- » Indikationen/Kontraindikationen
- » Stress und Stressmanagement
- » Atmung und Entspannung
- » andere Verfahren der Entspannung
- » Unterrichtspraxis, Gruppenleitung und Gesprächsführung in Entspannungsgruppen, Entspannungskursen, Entspannungsworkshops
- » Einblick in aktualisierte Verfahren
- » Einblick in die Oberstufe

Teilnahmevoraussetzungen für die Progressive Muskelentspannung Kursleiter Ausbildung: Grundkenntnisse in einem Entspannungsverfahren erforderlich. Offenheit für Yoga, Spiritualität und neue Erfahrungen.

Zertifikat: "Kursleiter/in Progressive Muskelentspannung nach Jacobson (PMR) (BYVG)" des Berufsverbandes der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten.

Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Die Progressive Muskelentspannung Kursleiter Ausbildung ist auch als Weiterbildung für Psychologische Yogatherapie geeignet.

· Maha Devi Deemter: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.04.2017-21.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11844

## Psychologische Yogatherapie - Intensivtraining - Weiterbildung für Psychologische Yogatherapeuten **Körper und Geist**

In diesem Intensivtraining bekommst du die Möglichkeit, das (besonders) in Baustein A + C Gelernte durch das Praxistraining zu vertiefen und weitere Erfahrungen in Einzelbegleitung zu sammeln. Wie im Baustein C übst du, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des ganzheitlichen Yogas und Elementen aus angewandter Psychologie - besonders aus der Gestalttherapie und Hypnose - zu begleiten.

In der Gruppenarbeit bist du abwechselnd Therapeut, Klient und Beobachter. In dieser Triadenarbeit wirfst du auch einen Blick auf deine persönlichen Anteile in der Begegnung und bleibst dadurch selber in Svadhyaya - im Selbststudium - verankert, was für die beratende Arbeit sehr wichtig ist.

**Teilnahmevoraussetzungen:**

**Yogalehrer-Ausbildung und mindestens Baustein A + C der PYTH-Weiterbildung.**

Die psychologische Yogatherapie ist eine Weiterbildung für Yogalehrer. Wenn du schon Baustein A + C der Weiterbildung Psychologische Yogatherapie absolviert hast, hast du die Möglichkeit, das Gelernte durch das Praxistraining in der Yogatherapie zu vertiefen und weitere Erfahrungen in Einzelbegleitung zu sammeln. Wie im Baustein C übst du in dieser Weiterbildung, Menschen in Einzelsitzungen mit allen Instrumenten des ganzheitlichen Yoga und Elementen aus angewandter Psychologie - besonders aus der Gestalttherapie und Hypnose - zu begleiten.

In der Gruppenarbeit bist du abwechselnd Therapeut, Klient und Beobachter. In dieser Triadenarbeit wirfst du auch einen Blick auf deine persönlichen Anteile als Yogalehrer in der Begegnung. Diese psychologische Yogatherapie Weiterbildung hilft dir selber in Svadhyaya - im Selbststudium - verankert zu sein, was für die beratende Arbeit in der Yogatherapie sehr wichtig ist.

**Teilnahmevoraussetzungen:** Yogalehrer Ausbildung und mindestens Baustein A + C der Weiterbildung Psychologische Yogatherapie.

· Shivakami Bretz, Ute Zöllner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12066

## Psychologische Yogatherapie bei Burnout - Yogalehrer Weiterbildung

**Körper und Geist**

Lerne die Burnout-Spirale zu erkennen und Menschen durch ein individuell ausgerichtetes Yogaprogramm zu unterstützen. Wir behandeln u.a. Symptomatik, Entstehung und Verlauf von Burnout, Stress, Resilienz und Selbstkohärenz entwickeln, Selbsterfahrung in der Gruppe in Paar- und Einzelübungen.

Diese Weiterbildung für Yogalehrer und Yoga Therapeuten ermöglicht, die Burnout-Spirale zu erkennen und Menschen durch ein individuell ausgerichtetes Yoga Programm zu unterstützen.

Burnout ist ein sehr komplexes Thema. Es gibt nicht DAS BURNOUT. Diese Yogatherapie Weiterbildung bietet dir das nötige Hintergrundwissen zum Thema Burnout und hilft so, physische und psychische Belastungen zu erkennen und mit ganzheitlichem Yoga entgegenzuwirken.

Der theoretische Teil der Yogatherapie Weiterbildung befasst sich mit:

- Symptomatik
- Entstehung und Verlauf von Burnout
- Stress und Stressreaktionen
- Stresssyndrom
- Chronischem Stress und möglichen Folgen (Erschöpfungsdepression u.a. Krankheiten)
- Neuen wissenschaftlichen Erkenntnissen
- Behandlungsbedürftigen Krankheiten wie Depressionen, Erschöpfungsdepression
- Psychologische Yogatherapie, Stärkung und Entwicklung von Resilienz und Selbstkohärenz.

Praxisteile dieser Yogatherapie Weiterbildung:

Was ein Mensch als Stress erlebt, hängt viel von der eigenen Persönlichkeitsstruktur ab. Yoga und psychologische Yogatherapie können bei Burnout helfen.

Selbsterfahrung in der Gruppe in Paar- und Einzelübungen bieten die Möglichkeit, dir deiner eigenen inneren Stressoren bewusst zu werden. In dieser Yogatherapie Weiterbildung kannst du Lösungsansätze für einen besseren Umgang mit dir und der Welt finden und deine Selbstkohärenz stärken. Die eigene Erfahrung ist ein wesentlicher Bestandteil der Weiterbildung und wichtig, um andere Menschen gut unterstützen zu können.

Teilnahmevoraussetzung: Yogalehrer Ausbildung.

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Marlene Medalasa Mensendiek: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12082

## Raja Yoga 1

Körper und Geist

**Der Yoga der Geisteskontrolle. 1. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali: Gedankenkraft und positives Denken; Meditationstechniken; Unterrichtstechniken: Yoga für Fortgeschrittene.**

Raja Yoga ist der Yoga der Geisteskontrolle. In diesem Raja Yoga Seminar behandeln wir das 1. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali. Darin geht es um Gedankenkraft, Geisteskontrolle und positives Denken. Du lernst in diesem Seminar Techniken für die Meditation. Dein Yoga Unterricht wird durch Yoga Unterrichtstechniken für Fortgeschrittene bereichert.

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11727

· Sukadev Bretz: Yoga Vidya Nordsee  
**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ANOY11896

## Raja Yoga 2

Körper und Geist

**Du lernst: 2. Kapitel der Yoga Sutras. Sadhana, die spirituelle Praxis. Kriya Yoga Kleshas, die Ursachen des Leidens und ihre Überwindung. Ashtanga, die 8 Stufen des Yoga. Unterrichtstechniken: Geistige Wirkungen des Yoga. Yoga für Kinder.**

Die Yoga Sutras von Patanjali sind die Grundlage des Raja Yoga. In diesem Raja Yoga Seminar behandeln wir das 2. Kapitel der Yoga Sutras von Pantanjali. Darin geht es um Sadhana, die spirituelle Praxis; Kriya Yoga; Kleshas, die Ursachen des Leidens und ihre Überwindung; Ashtanga, die 8 Stufen des Yoga. In den Unterrichtstechniken behandeln wir die geistigen Wirkungen des Yoga und Yoga für Kinder. Vorkenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich.

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11798

## Raja Yoga 3

Körper und Geist

**Der Yoga der Geisteskontrolle. Wir besprechen das 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali. Bei den Unterrichtstechniken lernst du: Vortragstechnik, Gruppenleitung.**

Der Yoga der Geisteskontrolle. 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali, Entwicklung der Gedankenkraft, Meditationserfahrungen, übernatürliche Kräfte, Hilfe aus dem Inneren - Kontakt mit dem eigenen Selbst, Entwicklung der Intuition, Yoga und westliche Psychologie, Psychotherapie und Yoga. Unterrichtstechniken: Vortragstechnik, Gruppenleitung.

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12074

## Raja Yoga Meditationen

Körper und Geist

**Angeleitete Meditationen aus dem Yoga Sutra von Patanjali helfen dir, tiefer in die Meditation zu kommen. Als Meditations-Neuling bekommst du systematische Anleitung zu Stufen der Meditation. Wenn du schon länger meditierst, lernst du mit diesen Techniken deinen Geist noch besser zur Ruhe zu bringen, deiner Meditation neue Impulse und eine neue Tiefe zu geben.**

Angeleitete Meditationen aus dem Yoga Sutra von Patanjali helfen dir, tiefer in die Meditation zu kommen. Als relativer Meditations-Neuling bekommst du

systematische Anleitung zu Stufen der Meditation. Wenn du schon länger meditierst, lernst du mit diesen Techniken deinen Geist noch besser zur Ruhe zu bringen und deiner Meditation neue Impulse und eine neue Tiefe zu geben. Als Praktiker gibt uns Patanjali im Yoga Sutra eine Fülle von Meditationstechniken, mit denen wir auf einer Ebene unseren Geist besser lenken und damit unseren Alltag geschickter meistern können. Auf einer anderen Ebene entwickeln wir damit unsere höheren, subtilen Sinne. Und auf der höchsten Ebene führen sie uns irgendwann zur absoluten inneren Stille und Frieden. Also die beste Weise, das alte Jahr abzuschließen und das neue kraftvoll und besinnlich zugleich zu beginnen!

· Erkan Batmaz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12161

## Reiki 1. Grad Ausbildung nach Dr. M.Usui

Körper und Geist

**Der Reiki 1. Grad eröffnet dir u. a. die Fähigkeit, Reiki zu kanalisieren, dir selbst und anderen durch Handauflegen die Reiki-Energie zu übertragen.**

Dr. Mikao Usui entdeckte Anfang des 20. Jh. die uralte natürliche Heil- und spirituelle Entwicklungsmethode des Reiki neu in alten Schriften (Sutras), die Jahrhunderte unberührt in einem japanischen Kloster lebzeiten zunächst in ganz Japan und später über einen seiner Schüler, Dr. Hayashi, nach Hawaii und damit nach Amerika. Heute ist Reiki die sich am schnellsten weltweit verbreitende energetische Heilmethode, und zugleich eine der wirkungsvollsten. Dr. Mikao Usui legte großen Wert auf Meditation, Körperübungen, bewusste Atemlenkung, einen einfachen und gesunden Lebenswandel und die Kontemplation über seine fünf Lebensregeln, die im Kern ein Leben in Hingabe, Demut und Liebe lehren:

1. sich nicht ärgern über Vergangenes
2. sich keine Sorgen machen über Zukünftiges
3. beständig an seiner spirituellen Entwicklung arbeiten
4. die Eltern, Älteren, Lehrer und Meister ehren
5. sich seinen Unterhalt ehrlich verdienen

Er gründete eine Klinik und Ausbildungsstätte, in der seine Schüler sogleich das Erlernte in Sitzungen mit Patienten umsetzten und weitergaben. Seine Ausbildungen geschahen im Rahmen von gemeinsamem Meditieren, Üben, Unterrichten der nachfolgenden Schüler und Heilen der ständig kommenden neuen Patienten. In Anlehnung an dieses Prinzip sind auch diese Reiki- Ausbildungen konzipiert. Das Haus Yoga Vidya, wo das regelmäßige Praktizieren von Yoga und Meditation den tragenden Rahmen und zugleich innersten Kern bilden, ist ein idealer Raum des Lernens und Heranreifens.-----Der 1. Reiki-Grad gibt dir die Möglichkeit, zunächst dir selbst und später, nach einer Übungs- und energetischen Reinigungszeit von 21 Tagen, anderen Menschen Heilbehandlungen zu geben. Du lernst unter anderem:

» verschiedene Behandlungs- und Selbstbehandlungsmethoden » Meditationen » Körper- und Atemübungen, die bewirken, dass du dich energievoller, gesünder, lebensfreudiger, kreativer und kommunikativer erlebst.

Mit dieser Ausbildung kannst du:

- » mit Reiki deine Familie, Freunde und auch andere Menschen unterstützen. Kinder reagieren auf Energiebehandlungen besonders schnell.
- » deinen Wohnraum oder Mahlzeiten energetisieren » Pflanzen in Garten und Wohnung sichtbar in ihrem gesunden Wachstum unterstützen
- » Tieren bei Erkrankungen helfen.

Die Lebensenergie, die das unendliche All harmonisch in Bewegung hält, wirkt selbstverständlich auch in deinem kleinen, scheinbar begrenzten Umfeld. Du erhältst diese Ausbildung im traditionellen Rahmen, begleitet von Reikischülern, die schon die ersten Reiki-Grade erworben haben.

Ausbildungsleiter: Bhajan Noam, arbeitet seit über 20 Jahren als Therapeut und Seminarleiter für alternative Heilmethoden und Massagen, Akupunktur, Atemtherapie, Reiki, ayurvedische Fussreflexzonen-therapie (Padasevana), Tibetische Klangmassage, Edelsteinbehandlung und -beratung. Reiki hat er unter anderem bei Phyllis Furumoto gelernt und unterrichtet seit 14 Jahren in allen 4 Graden.

Zertifikat: „Reiki 1. Grad Ausbildung nach Dr. Mikao Usui (BYVG)“. Ca. 35 UE. Systematische höhere Qualifizierung zum Reiki Grad 2, 3 sowie zum Reikilehrer möglich. Die Belegung von Grad 2 ist sofort im Anschluss möglich, oder erst nach einer individuellen Praxiszeit - bitte mit dem Ausbildungsleiter individuell besprechen.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.07.2017-16.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 35 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 327€, MZ: 376€, DZ: 439€, EZ: 505€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11976

## Reiki 2. Grad Ausbildung nach Dr. M.Usui

Körper und Geist

**In dem Reiki 2. Grad lernst du u. a., die Reiki-Energie verstärkt, gezielt und über räumliche sowie zeitliche Distanz hinweg einzusetzen. Teilnahmevoraussetzung Reiki 1.**

Dr. Mikao Usui entdeckte Anfang des 20. Jh. die uralte natürliche Heil- und spirituelle Entwicklungsmethode des Reiki neu in alten Schriften (Sutras), die Jahrhunderte unberührt in einem japanischen Kloster lebzeiten zunächst in ganz Japan und später über einen seiner Schüler, Dr. Hayashi, nach Hawaii und damit nach Amerika. Heute ist Reiki die sich am schnellsten weltweit verbreitende energetische Heilmethode, und zugleich eine der wirkungsvollsten. Dr. Mikao Usui legte großen Wert auf Meditation, Körperübungen, bewusste Atemlenkung, einen einfachen und gesunden Lebenswandel und die Kontemplation über seine fünf Lebensregeln, die im Kern ein Leben in Hingabe, Demut und Liebe lehren:

1. sich nicht ärgern über Vergangenes
2. sich keine Sorgen machen über Zukünftiges
3. beständig an seiner spirituellen Entwicklung arbeiten
4. die Eltern, Älteren, Lehrer und Meister ehren
5. sich seinen Unterhalt ehrlich verdienen

Er gründete eine Klinik und Ausbildungsstätte, in der seine Schüler sogleich das Erlernte in Sitzungen mit Patienten umsetzten und weitergaben. Seine Ausbildungen geschahen im Rahmen von gemeinsamem Meditieren, Üben, Unterrichten der nachfolgenden Schüler und Heilen der ständig kommenden neuen Patienten. In Anlehnung an dieses Prinzip sind auch diese Reiki- Ausbildungen konzipiert. Das Haus Yoga Vidya, wo das regelmäßige Praktizieren von Yoga und Meditation den tragenden Rahmen und zugleich innersten Kern bilden, ist ein idealer Raum des Lernens und Heranreifens.-----Du lernst » den Energiefluss zu verstärken + gezielter einzusetzen d.h. die mentale Ursache eines körperlichen Symptoms zu erkennen und die Heilenergie im Mentalbereich unterstützend einzusetzen » Methoden der Fernbehandlung » Arbeit mit dem inneren Kind + dem höheren Selbst » Probleme der Vergangenheit erkennen, auflösen

- » Wege zu künftigen Zielen ebnen » Größere Verantwortung für dein Denken und Handeln übernehmen
- » Regelmäßige Meditationspraxis und Hinterfragen der eigenen Absichten.

Auch in diesem Ausbildungsabschnitt stehen dir neben der Ausbildungsleitung erfahrene und fortgeschrittene Schüler unterstützend zur Seite. Teilnahmevoraussetzung: Reiki 1. Grad Ausbildung  
Zertifikat: „Reiki 2. Grad Ausbildung nach Dr. Mikao Usui (BYVG)“. Ca. 35 UE. Nach einer anschließenden Übungs- und Erfahrungsphase von mind. 1 Jahr kannst du dich zum 3. Grad weiter qualifizieren.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 35 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 327€, MZ: 376€, DZ: 439€, EZ: 505€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11993

### Reiki 3. Grad Ausbildung nach Dr. M. Usui

Körper und Geist

**Für alle, die bereits die Ausbildung in den ersten 2 Graden haben und die eigene Praxis vertiefen wollen. Der 3. und 4. (Lehrer-Grad) können zusammen gebucht werden. Teilnahmevoraussetzung Reiki 1 und 2.**

Dr. Mikao Usui entdeckte Anfang des 20. Jh. die uralte natürliche Heil- und spirituelle Entwicklungsmethode des Reiki neu in alten Schriften (Sutras), die Jahrhunderte unberührt in einem japanischen Kloster lebten zunächst in ganz Japan und später über einen seiner Schüler, Dr. Hayashi, nach Hawaii und damit nach Amerika. Heute ist Reiki die sich am schnellsten weltweit verbreitende energetische Heilmethode, und zugleich eine der wirkungsvollsten. Dr. Mikao Usui legte großen Wert auf Meditation, Körperübungen, bewusste Atemlenkung, einen einfachen und gesunden Lebenswandel und die Kontemplation über seine fünf Lebensregeln, die im Kern ein Leben in Hingabe, Demut und Liebe lehren:

1. sich nicht ärgern über Vergangenes
2. sich keine Sorgen machen über Zukünftiges
3. beständig an seiner spirituellen Entwicklung arbeiten
4. die Eltern, Älteren, Lehrer und Meister ehren
5. sich seinen Unterhalt ehrlich verdienen

Er gründete eine Klinik und Ausbildungsstätte, in der seine Schüler sogleich das Erlernte in Sitzungen mit Patienten umsetzten und weitergaben. Seine Ausbildungen geschahen im Rahmen von gemeinsamem Meditieren, Üben, Unterrichten der nachfolgenden Schüler und Heilen der ständig kommenden neuen Patienten. In Anlehnung an dieses Prinzip sind auch diese Reiki- Ausbildungen konzipiert. Das Haus Yoga Vidya, wo das regelmäßige Praktizieren von Yoga und Meditation den tragenden Rahmen und zugleich innersten Kern bilden, ist ein idealer Raum des Lernens und Heranreifens.-----Die Ausbildung im 3. Reiki-Grad führt zu einem neuen großen Bewusstseins-schritt. Davor muss nach der 2. Grad Ausbildung - eine Zeit der eigenen Praxis von mindestens 1 Jahr liegen. Dies ist eine Zeit der besonderen inneren Reifung, die dazu bereit macht, die Geschenke der 3. Grad Ausbildung mit vollem Bewusstsein zu empfangen. Du legst wie nach dem 1. Grad ganz schlicht die Hände auf und die Heilenergie fließt - jedoch jetzt mit großer Kraft und Intensität und mit selbstverständlicher innerer Autorität. Wenn deine bisherige spirituelle Entwicklung mit Reiki und allem, was es beinhaltet, kontinuierlich und harmonisch verlief, wird dich jetzt ein besonderes Gefühl des Ganzseins erfüllen. Dein volles Potenzial kann erblühen. Du hast eine Ebene des tieferen Verstehens betreten, der Hinwendung zu anderen aus ganzem Herzen, der Liebe. Bewusst und ohne Ablenkung verfolgst du nun den einzigen Pfad, erstrebst das einzige Ziel: die Selbstverwirklichung. Teilnahmevoraussetzung: 1. und 2. Reiki-Grad, sowie mehrere Monate intensives Üben und Praktizieren in der Anwendung der Techniken. 3. und 4. (Lehrer-Grad) können zusammen gebucht werden.

Zertifikat: „Reiki 3. Grad Ausbildung nach Dr. Mikao Usui (BYVG)“. Ca. 22 UE.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

07.07.2017-09.07.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 193€, MZ: 218€, DZ: 249€, EZ: 282€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11969

## Reiki Lehrer Intensiv Ausbildung nach Dr. Mikao Usui (4. Grad)

Körper und Geist

**Für alle, die bereits die Ausbildung in die ersten 3 Reiki-Grade haben und nun auch unterrichten bzw. die eigene Praxis vertiefen wollen.**

Dr. Mikao Usui entdeckte Anfang des 20. Jh. die uralte natürliche Heil- und spirituelle Entwicklungsmethode des Reiki neu in alten Schriften (Sutras), die Jahrhunderte unberührt in einem japanischen Kloster lebzeiten zunächst in ganz Japan und später über einen seiner Schüler, Dr. Hayashi, nach Hawaii und damit nach Amerika. Heute ist Reiki die sich am schnellsten weltweit verbreitende energetische Heilmethode, und zugleich eine der wirkungsvollsten. Dr. Mikao Usui legte großen Wert auf Meditation, Körperübungen, bewusste Atemlenkung, einen einfachen und gesunden Lebenswandel und die Kontemplation über seine fünf Lebensregeln, die im Kern ein Leben in Hingabe, Demut und Liebe lehren:

1. sich nicht ärgern über Vergangenes
2. sich keine Sorgen machen über Zukünftiges
3. beständig an seiner spirituellen Entwicklung arbeiten
4. die Eltern, Älteren, Lehrer und Meister ehren
5. sich seinen Unterhalt ehrlich verdienen

Er gründete eine Klinik und Ausbildungsstätte, in der seine Schüler sogleich das Erlernte in Sitzungen mit Patienten umsetzten und weitergaben. Seine Ausbildungen geschahen im Rahmen von gemeinsamem Meditieren, Üben, Unterrichten der nachfolgenden Schüler und Heilen der ständig kommenden neuen Patienten. In Anlehnung an dieses Prinzip sind auch diese Reiki- Ausbildungen konzipiert. Das Haus Yoga Vidya, wo das regelmäßige Praktizieren von Yoga und Meditation den tragenden Rahmen und zugleich innersten Kern bilden, ist ein idealer Raum des Lernens und Heranreifens.-----Für alle, die bereits die Ausbildungen in die ersten 3 Reiki-Grade haben und nun gerne Reiki unterrichten bzw. intensiver und gezielter praktizieren möchten.

Ausbildungsinhalte:

- » Wiederholung und Intensivierung der Möglichkeiten » Intensives Üben mit diesen Anwendungen
- » Das Unterrichten und die Einführungsmethoden für den 1., 2. und 3. Reiki-Grad
- » Praktische Ausübung des Erlernten mit Schülern des 1.und 2. Reiki-Grades durch Mitgestaltung des Unterrichts und Ausführung der entsprechenden Einführungen, anfangs unter Anleitung, später selbständig.
- » Meditation, Philosophie des Heilens, die fünf Lebensregeln
- » Das Energiesystem des Menschen (Chakras, Nadis, Energiekörper)
- » Die 3 Konstitutionstypen, die 3 Gunas

Teilnahmevoraussetzung: Reiki Grade 1, 2, 3.

Prüfung/Zertifikat: Schriftliche Abschlussarbeit. Zertifikat „Reiki-Lehrer (4. Grad) nach Dr. Mikao Usui (BYVG)“. Ca. 163 UE.

· Bhajan Noam: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

09.07.2017-23.07.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 163 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11975

## Rücken- und Nackenmassage Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst Massagesequenzen für den Rücken und Schulter-Nacken-Massage. Beschreibung s.S. xx.**

Du lernst zwei Massage-Sequenzen ausführlich und kompetent zu geben.

1) Rücken-Massage im Liegen

30 Minuten-Sequenz: Eine bewährte Kombination aus klassischer Massage (Petrisage, Friktionen, Klopfungen), Energie-Massage und Ayurveda Massage. Sehr effektiv zur Vorbeugung und Heilung von Rückenproblemen. Sehr wirksam zur Linderung von Rückenschmerzen.

2) Schulter-Nacken-Massage im Sitzen

20 Minuten-Sequenz, mit und ohne Öl: Eine bewährte Kombination aus klassischer Massage, Energie-Massage, Bindegewebs-Massage, Ayurveda Massage. Sehr effektiv zur Vorbeugung und Heilung von Kopfschmerzen, Nackenbeschwerden und verspannten Schultern.

Weitere Inhalte und Themen

Neben den Massage-Sequenzen selbst lernst du in der Ausbildung:

- Einsatz von Ölen: Welches Öl ist gut für welchen Typ?
- Ayurveda Dosha-Lehre und was das für die Massage bedeutet
- Hintergrund-Informationen zu den eingesetzten Massagen: klassische Massage, Energie-Massage, Bindegewebs-Massage

Einsatzmöglichkeiten:

Als erfahrene/r Massage-Therapeut/in kannst du mit diesen Massage-Sequenzen dein Angebot bereichern. Vielleicht können diese Techniken sogar zu deinen beliebtesten Angeboten werden. Klienten erwarten heutzutage eine schnelle Linderung ihrer Symptome, so dass in Massage-Praxen meist Kurz-Massagen - insbesondere für Rücken und Nacken - am häufigsten nachgefragt werden. Genau das kannst du mit diesen Techniken anbieten.

- Massage-Laien können nach dieser Ausbildung ihre Mitmenschen verwöhnen, ihnen helfen sich wieder wohlfühlen, vielleicht sogar ihre ersten professionellen Massagen geben.

- Yogalehrer/innen können mit diesen Massagen ihren Teilnehmern ein zusätzliches Angebot bereitstellen. Gerade diese Massage-Techniken ergänzen die Wirkung von Yogastunden sehr gut.

Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität

Prüfung/Zertifikat: Praktische Massage-Proben im Rahmen der Ausbildung. Mit Zertifikat. Ca. 60 UE.

· Satyadevi Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.11.2017-01.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12192

## Rücken-Yoga Lehrer/in Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Lerne, spezialisierte Rücken-yoga-Kurse kompetent zu unterrichten, und wie du dieses Wissen und diese Sicherheit im Umgang mit Rückenbeschwerden auch in deine normalen Yogastunden einfließen lassen kannst. Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile zusammen.**

Nur beide Teile zusammen möglich.

In dieser kompakten zweiwöchigen Ausbildung im Rücken-yoga kannst du die Qualifikation zum/zur Rücken Yogalehrer/in erwerben. Voraussetzung ist eine Yogalehrer Ausbildung von mind. 400 Unterrichtseinheiten.

80 Prozent der Bevölkerung hat mindestens einmal im Jahr nennenswerte Rückenbeschwerden, viele davon sind chronisch. Die Nachfrage nach Bewegungsprogrammen zur Vorbeugung und zur Linderung bereits eingetretener Beschwerden ist groß. Bisher ist Rücken-yoga noch deutlich unterrepräsentiert; nur wenige Unterrichtende sind fundiert darin ausgebildet. - Als Yogalehrer/innen erschließt sich dir hier ein großer Markt und dein Engagement kann sehr vielen betroffenen Menschen und der Gesellschaft einen hohen gesundheitlichen Nutzen bringen.

Mit dieser Ausbildung gewinnst du Sicherheit im Umgang mit Rückenbeschwerden und kannst einen rückengerechten, anatomisch exakten, verantwortungsbewussten Gruppen- und Einzelunterricht zu dieser hoch aktuellen Thematik anbieten – eine u.a. auch an Volkshochschulen stark gefragte Qualifikation. Auch für andere spezielle Zielgruppen wie wie z.B. Yoga für Senioren, bietet diese Ausbildung eine fundierte Grundlage. Auch dein normaler Yogaunterricht wird davon profitieren.

Du lernst in Theorie und viel Praxis

- die besonderen Merkmale und Beschwerden des Rückens
- Rücken-yogastunden zur Vorbeugung, bei Beschwerden und für Senioren,
- diese Kenntnisse in allgemeine Anfänger-, Mittelstufen-, Fortgeschrittenenstunden einfließen zu lassen
- Korrekturen und Hilfestellungen
- Einsatz von Yogahilfsmitteln
- Vertiefung und praktische Erfahrung durch gegenseitiges Unterrichten in Kleingruppen

Ausbildungsinhalte und –themen (beide Wochen zusammen):

- Anatomische Grundlagen: Skelett, Muskulatur, Gelenke
- Anatomie der Bewegung: besonders Wirbelsäule, Becken, Beine und Schulter, Nacken
- Haltungsanalyse
- Beschwerdebilder: unterer Rücken, Becken, ISG
- Beschwerdebilder: oberer Rücken, Stress

- Beschwerdebilder: Skoliose, Beckenschiefstand, Gleitwirbel (Spondylolisthesis)
- Beschwerdebilder: Osteoporose, Arthrose, Gelenkerkrankungen
- Yoga für Senioren
- Aufbau von Yogastunden
- Asanas bei Rückenbeschwerden
- Asanas rückengerecht zur Vorbeugung
- Asanas exakt und rückengerecht für Anfänger und Mittelstufe/Fortgeschrittene
- Einsatz von Yogahilfsmitteln
- Korrekturen und Hilfestellungen
- Gegenseitiges Unterrichten und korrigieren
- Tipps zu Alltag und Sport bei Rückenbeschwerden

Ein Ausbildungshandbuch, ein Übungsanleitungsbuch und eine DVD sind Bestandteil der Ausbildungsunterlagen.

Teilnahmevoraussetzung: abgeschlossene Yogalehrer Ausbildung (BYV oder andere Traditionen) von mind. 400 Unterrichtseinheiten. Nur zusammen mit Teil 2 möglich.

Teil 2: 04.06.-11.06.2017

Unterrichtseinheiten: Kompaktausbildung 2 Wochen, 160 UE.

Prüfung/Zertifikat: praktische Unterrichtsproben, schriftliche Prüfung am Ende der zweiten Woche. Bei Bestehen der Prüfung, vollständiger Teilnahme an allen Unterrichtseinheiten von Teil 1 und Teil 2, sowie Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat „Rücken Yogalehrer/in BYV“, 560 UE (400 UE Grund-Yogalehrer-Ausbildung plus 160 UE spezialisiert)

Ausbildungsgebühr für die gesamte Ausbildung (Teil 1 und Teil 2 zusammen)

· Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.05.2017-14.05.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 75 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1391€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11873

· Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.09.2017-24.09.2017**. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 75 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1391€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12094

## Rücken-Yoga: Gesunderhaltung, Vorbeugung, Regeneration

Körper und Geist

In 30 Jahren Yogapraxis und Unterrichten hat Gauri eine innovative neue Technik entwickelt: die Verbindung klassischer Yoga Asanas mit genauen anatomischen Korrekturen und Anpassungen. Du lernst, den Rücken im Alltag zu trainieren, Rückenverletzungen zu vermeiden, neue Gewohnheiten und Bewegungen zu entwickeln um Rückenprobleme zu überwinden und ihnen vorzubeugen. Mit ihrer Erfahrung vermittelt sie

**kompetent und genau grundlegende Einsichten in die Wirkungsweise von Asanas auf den Rücken.**

In 30 Jahren Yogapraxis und Unterrichten von Yoga hat Gauri eine innovative neue Technik entwickelt: die Verbindung klassischer Yoga Asanas mit genauen anatomischen Korrekturen und Anpassungen. Mit ihrer umfassenden Erfahrung aus verschiedenen Yogarichtungen und von Rückenspezialisten von Weltruf vermittelt sie kompetent und genau grundlegende Einsichten in die Wirkungsweise von Asanas auf den Rücken. Du lernst insbesondere den Rücken im Alltag zu trainieren, Rückenverletzungen zu vermeiden, neue Gewohnheiten und Bewegungen zu entwickeln, um Rückenprobleme zu überwinden und ihnen vorzubeugen.

· Gauri Agulla Castro Eckhardt: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.04.2017-17.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 215€, MZ: 252€, DZ: 300€, EZ: 349€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11840

**Sadhana - intensive Praxis****Körper und Geist**

**Lade dich auf in einer Woche intensiver Yogapraxis, die dich in neue Tiefen deines Sadhana führt. Du schulst deine Achtsamkeit in der Hatha Yoga Praxis und wirst in längere Meditationspraxis hineingeführt. Vorträge über die tiefere Wirkungsweise der Yogapraxis.**

Lade dich auf in einer Woche intensiver Yogapraxis, die dich in neue Tiefen deines Sadhana führt. Du schulst deine Achtsamkeit in der Hatha Yoga Praxis und wirst in längere Meditationspraxis hineingeführt. Vorträge über die tiefere Wirkungsweise der Yogapraxis.

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**31.12.2017-05.01.2018.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 244€, MZ: 306€, DZ: 385€, EZ: 467€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12234

**Sadhana Intensiv - Fortgeschrittene Praxis für den erfahrenen Übenden****Körper und Geist**

**Ein speziell von Swami Vishnu-devananda zusammengestelltes, von Sukadev angepasstes mehrwöchiges Hatha-Yoga-Intensivprogramm für Energie-Erweckung, spirituelle Entwicklung und Entfaltung deiner geistigen Fähigkeiten. Intensives Praktizieren von Pranayama, Mudras und Bandhas, zusammen mit Asanas, Mantra-Singen und Meditation. Studium einer der klassischen Hatha Yoga Schriften.**

Ein speziell von Swami Vishnu-devananda zusammengestelltes, von Sukadev angepasstes, mehrwöchiges Hatha-Yoga-Intensivprogramm für Energie-Erweckung, spirituelle Entwicklung und Entfaltung deiner geistigen Fähigkeiten. Intensives Praktizieren von Pranayama, Mudras und Bandhas, zusammen mit Asanas, Mantra-Singen und Meditation. Die Teilnehmer erhalten Anleitung zum individuellen Praktizieren. Täglich 2-4 Pranayama Sitzungen von jeweils 1-3 Stunden plus täglich 2 Asana-Sitzungen plus 2 Satsangs am Tag. Studium einer der klassischen Hatha Yoga Schriften. Individuelle Führung. Den Teilnehmern an diesem Kurs wird eine spezielle Hatha Yoga Intensiv-Diät angeboten. Eine einzigartige Erfahrung, die dich auf deinem spirituellen Weg ein gutes Stück weiter bringt.

· Sukadev Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 178 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 696€, MZ: 871€, DZ: 1092€, EZ: 1319€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11940

## Samvahana Massage Ausbildung - Massage der liebevollen Hände

Körper und Geist

**Du lernst eine Herz öffnende Samvahana Behandlung aufzubauen und durchzuführen. Spezielle Massagetechniken mit Aromaölen, Seidentüchern, zarten Pinseln, die den Körper nähren und verjüngen. Diese sinnliche Massage spricht die Seele an und weckt neue Lebensenergie.**

Du lernst eine Herz öffnende Samvahana Behandlung aufzubauen und durchzuführen. Dir werden spezielle Massagetechniken vermittelt, die den Körper nähren und zu verjüngtem Aussehen beitragen. Diese sinnliche Massage spricht die Seele an und weckt neue Lebensenergie.

Mit ihren sanften, liebevollen Berührungen ist die Samvahana eine einzigartige Massage die Herz und Sinne weckt und die Seele berührt. Die Haut und die Sinne werden mit Aromaölen, Seidentüchern, zarten Pinseln, Bürsten und sensiblen Massage-Streichungen verwöhnt. Eine Rosenmilch-Waschung rundet die Massage ab.

Ojas, die Lebensessenz, wird vermehrt, was zu Vitalität und Strahlkraft beiträgt. Die Massage wirkt entschlackend und erneuernd auf die Körpergewebe, reguliert die Doshas, Bioenergien, löst körperliche und emotionale Blockaden, baut Stress und Ängste ab, lindert Schlaflosigkeit und wirkt ausgleichend und stärkend auf das Nervensystem.

Du lernst

- die Vorbereitung und Durchführung einer Behandlung,
- die Auswahl konstitutionsgerechter Aromaöle
- spezielle Massagetechniken mit ausgedehnten, gleichmäßigen Streichungen entlang der Energiebahnen, der Nadis .

Du erfährst selbst die belebende, verjüngende und heilende Wirkung dieser wunderbaren Massage und wie du sie anwenden kannst.

Ausbildungsinhalte:

- Theoretisches Hintergrundwissen
- Das Gesundheitssystem im Ayurveda
- Behandlung wichtiger Marmapunkte
- Bedeutung der Haupt-Nadis und ihre Funktionen
- Wirkungen auf emotionaler und energetischer Ebene
- Funktionsbereiche des Nervensystems
- Sensibilisierung der Wahrnehmung
- Aufbau einer ganzen Sitzung
- Variationsmöglichkeiten einer Behandlung
- Einsatz von Farben, Musik und Duft, Pinseln, Seidentüchern, Aromaölen
- Rasayanas - Verjüngungsmittel
- Ritual zur Herzöffnung

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Ayurveda sind hilfreich. Offenheit für Yoga und Spiritualität. Auch als Ayurveda Weiterbildung geeignet.

Mit Zertifikat: Nach Abschluss der Ausbildung erhältst du das Zertifikat "Samvahana Massage Ausbildung (BYVG)" 60 Unterrichtseinheiten.

· Galit Zairi: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**27.10.2017-01.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12145

## Sanskrit

## Körper und Geist

### Erlernen der Devanagari-Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras. Insbesondere für Yogalehrer geeignet.

Devanagari ist eine Schrift die zur Schreibung von Sanskrit und einigen modernen indischen Sprachen verwendet wird. Erlerne die Devanagari Schrift zum korrekten Aussprechen der Mantras in Sanskrit. Keine Vorkenntnisse nötig. Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Prof. Dr. Catharina Kiehnle: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**28.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11857

· Dr. phil. Oliver Hahn: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12168

· Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12183

· Prof. Dr. Catharina Kiehnle: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12190

· Rama Schwab, Atmamitra Mack, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12209

· Rama Schwab, Atmamitra Mack, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12219

## Schamanische Natur-Rituale Ausbildung

Körper und Geist

**Diese Ausbildung macht dich sensitiver und eröffnet dir höhere Dimensionen in der Natur.**

**Du lernst u.a., in der Natur Heilrituale durchzuführen, mit Bäumen, und Kräutern zu sprechen, Waldgeister wahrzunehmen, Kontakt zu den Himmelsrichtungen aufzunehmen und ihre Energien zu nutzen.**

Die Natur ist ein Schlüssel zu uns selbst. Durch Hingabe und ein offenes Herz wird die Natur dir die schönsten Botschaften senden. Rituale sind eine spirituelle Brücke, um noch mehr mit ihr zu verschmelzen und ihre feine Dimension wahrzunehmen. Diese Ausbildung macht dich sensitiver und eröffnet dir höhere Dimensionen in der Natur.

Du lernst in dieser Ausbildung unter anderem:

- wie man verschiedene Heilrituale an anderen und sich selbst ausführt
- wie du Kontakt zu den Himmelsrichtungen aufnimmst und ihre Energien nutzt
- Sprechen mit Bäumen und Kräutern
- wie man einen Altar in der Natur errichtet
- Hell-Sehen/aktive Imagination von Waldgeistern (Elfen, Feen, Zwerge)
- und anderes

Teilnahmevoraussetzung: Offenheit für Yoga und Spiritualität

Mit Zertifikat. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Satyadevi Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**02.07.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11962

## Schnuppertermin Achtsame Kommunikation 2017

Kommunikation

In Konfliktsituationen konstruktiv im Gespräch zu bleiben und gelassen zu reagieren, ist für viele Menschen ein wichtiges Ziel. Die Fähigkeit, achtsam und respektvoll zu kommunizieren, bringt Zufriedenheit, Freude und Sicherheit in Beruf, Familie und Alltag.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg und die Achtsamkeitspraxis nach Thich Nhat Hanh sind wirksame Ansätze, genau dies zu lernen und zu erfahren.

Das Seminar ist insbesondere auch geeignet als Weiterbildung für Fachkräfte (z.B. im therapeutischen und sozialen Bereich)

## Zielgruppe

- Menschen, die ihre Kommunikationsfähigkeit, ihre Führungskompetenz und Teamfähigkeit ausbauen möchten
- Menschen, die in Familien, Kindergärten, Schulen oder sonstigen Institutionen ein achtsames und respektvolles Miteinander aufbauen und fördern möchten
- Menschen, die mehr Achtsamkeit, Zufriedenheit und Leichtigkeit in ihren Lebensalltag bringen möchten
- Menschen, die sich persönlich weiter entwickeln möchten und mit der Energie von Gleichgesinnten eine achtsame und friedvolle Grundhaltung stärken wollen

## Veranstalter und Anmeldung

Die Ausbildung wird angeboten von der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung (Bochum) in Zusammenarbeit mit der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation (Köln). Seminarort ist Bochum.

Infos dazu finden Sie unter [www.bildungsscheck.com](http://www.bildungsscheck.com)

Dagmar Bellen · BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
17.02.2017-17.02.2017. 19 - 21 Uhr. - Seminar / Ausbildung. 2 Uh - 0 € - - Nr. ABOL11674

## Schwangeren Yoga Übungsleiter/in Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen. Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen und auf Schwangere jeden Monats angepasst zu unterrichten. Anerkannt als Fortbildungsveranstaltung im Sinne von § 7 HebBO. Beschreibung s. S. xx.**

Anerkannt als Fortbildungsveranstaltung für Hebammen im Sinne von § 7 HebBO (Berufsordnung für Hebammen und Entbindungspfleger) Lerne, Yogakurse für Schwangere anzuleiten. Besonders interessant für Hebammen, Geburtsvorbereiter/innen, Krankenschwestern, Krankenpfleger, Therapeuten im ganzheitlichen Gesundheitsbereich, in der Gesundheitsberatung und Erwachsenenbildung Tätige - sei es in Volkshochschulen, Instituten, Interessengruppen, in Yogazentren, Fitnessstudios etc. Auch als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf das Unterrichten von Yoga mit Schwangeren spezialisieren wollen.

Du lernst:

- die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die so genannte Yoga Vidya Grundreihe
- Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf Schwangere in allen Stadien der Schwangerschaft und zur Rückbildung danach angepasst anzuleiten und zu korrigieren.
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik. Mit vielen Schwangerenyoga-Übungsstunden.
- Asanas (Yogastellungen) für Schwangere und ihre Wirkungen.
- Yogische Atemtechniken in der Schwangerschaft und für die Geburt
- Spezielle Meditationen u. Entspannungstechniken
- Anatomische Grundlagen und Besonderheiten in der Schwangerschaft..

Teilnahmebedingungen: Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich, aber nicht zwingend. Geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Schwangerenyoga spezialisieren wollen. (einiges wird dabei für dich Wiederholung sein).

Prüfung/Zertifikat: schriftliche Prüfung; die praktischen Vorstellstunden entsprechen der praktischen Prüfung. Zertifikat: "Schwangeren Yoga Übungsleiter/in (BYVG)". Ca. 108 UE.

· Susanne von Sommel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**01.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12062

## Selbstreflexion und psychologische Arbeit mit Hatha Yoga

Körper und Geist

**Durch Aufmerksamkeitslenkung und Selbstreflexionstechniken in den Asanas kommst du zu deinen tieferen Gefühlen und Gedanken, zu dir selbst. Du lernst, die starke Symbolik der Asanas zu entschlüsseln. Du erhältst machtvolle Techniken, um durch Zugang zur Intelligenz des Körpers bessere Entscheidungen zu treffen, alte Muster zu erkennen und umzustrukturieren.**

An diesem Yoga Wochenende lernst du spezielle Weisen, Hatha Yoga zu üben, um die Sprache des Körpers durch Asanas zu verstehen. Aufmerksamkeitslenkung und spezielle Selbstreflexionstechniken in den Asanas eröffnen dir deine tieferen Gefühle und Gedanken, den Zugang zu dir selbst. Der Körper spricht zu dir. Du lernst, die starke Symbolik der Yoga Asanas zu entschlüsseln. Du erhältst machtvolle Techniken, um durch Zugang zur Intelligenz des Körpers bessere Entscheidungen zu treffen, alte Muster zu erkennen und umzustrukturieren.

· Anke Gempke: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11735

## Selbstvermarktung für Yogalehrer/innen

Körper und Geist

**Social Media bietet viele Möglichkeiten, als Yogalehrer/in oder Trainer/in sich und sein Angebot sichtbarer zu machen. Du lernst die Vorteile authentischen Selbstmarketings kennen. Dazu erhältst du konkrete Tipps und Checklisten für dein Konzept, deine strategische Netzwerkarbeit, deine Facebookseite und einiges mehr.**

Selbstvermarktung mit Social Media: Mehr Sichtbarkeit – mehr Bekanntheit – mehr Teilnehmer. Du bist Yogalehrer/in aus ganzem Herzen, gibst alles für deine Teilnehmerinnen und Teilnehmer und konzipierst tolle Stunden. Deshalb hast du wenig Zeit, dich um die ganzen Marketing-Dinge zu kümmern? Sollten deine Kurse auch so sehr gut besucht sein – Glückwunsch, dann brauchst du dieses Seminar nicht zu besuchen! Wenn du jedoch wissen möchtest, was du mit einem stimmigen Konzept und den passenden Online-Mitteln erreichen kannst, um auf dich und dein Angebot aufmerksam zu machen, bist du hier richtig!

Wir arbeiten gemeinsam daran, dass du dir zu deinem Angebot Klarheit verschaffst. Wenn du ein Ziel, ein Konzept vor Augen hast, macht Marketing Sinn! Wir schauen uns live Netzwerke wie XING und LinkedIn an, erstellen eine Facebookseite und üben, lesbare wirksame Texte für Deine Postings zu kreieren.

Je nach Wunsch der Gruppe erstellen wir einen Redaktionsplan mit Anregungen, wie du mit interessanten Überschriften, Betreffzeilen und Inhalten neue Teilnehmer und Interessenten anziehst. Oder wir werfen einen Blick auf Online-Tools, die das Business-Leben als Yogalehrer erleichtern. Auch wenn du (noch) keine Internetseite hast, wirst du nach diesem Seminar wissen, wie und mit welchem Zeitaufwand du Social Media Möglichkeiten für dein Herz-Business einsetzen kannst.

· Sabine Flechner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12122

## Selbstvertrauen und Stärke entwickeln mit Shanmug

Körper und Geist

**Shanmug führt dich in diesem Seminar dank seiner immensen Erfahrung als Yogalehrer und praktizierender Psychotherapeut dazu, dein volles Potential zu entfalten, dich aus der Begrenzung durch äußere und innere Konditionierungen zu befreien. Das geht in drei Schritten: 1) dich selbst annehmen 2) deine Stärken finden und 3) dein Leben gestalten. Du wirst ein Gefühl unglaublicher Befreiung erfahren und mit einem ganz neuen Selbstbewusstsein Dinge angehen.**

Wie viel Zeit, Energie und Chancen vergeuden wir, nur weil wir uns selbst beschränken! Shanmug führt dich in diesem Seminar dank seiner immensen Erfahrung als Yogalehrer und praktizierender Psychotherapeut dazu, dein volles Potential zu entfalten, dich aus der Begrenzung durch äußere und innere Konditionierungen zu befreien. Das geht in drei Schritten: 1) dich selbst annehmen 2) deine Stärken finden und 3) dein Leben gestalten. Du wirst ein Gefühl unglaublicher Befreiung erfahren und mit einem ganz neuen Selbstbewusstsein Dinge angehen, umsetzen, deine Talente und Möglichkeiten nutzen und entfalten können. Shanmugs große menschliche Wärme, seintiefes Verstehen und bedingungsloses Annehmen jedes Menschen sind schon allein für sich ein wunderschönes berührendes Erlebnis und können tiefe emotionale Heilung bewirken. Mit vielen praktischen Übungen

· Shanmug Eckhardt: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.04.2017-17.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 215€, MZ: 252€, DZ: 300€, EZ: 349€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11841

## Senioren Yoga Übungsleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Yogakurse für Senioren anzuleiten. Besonders interessant für diejenigen, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder selbst älter sind.**

In einer alternden Gesellschaft mit hoher Lebenserwartung wird es immer wichtiger, sich auch im Alter fit zu halten, um die Lebensqualität zu erhalten oder mit etwaigen gesundheitlichen Einschränkungen optimal umzugehen. Gerade im Alter hilft Yoga in Form von körperlicher und seelischer Entspannung, Konzentrations- und Gedächtnistraining, Stärkung der Muskulatur, der Knochen und Gelenke, und führt insgesamt zu einer positiveren Lebenseinstellung. Yogakurse für Senioren anzuleiten ist eine erfüllende Aufgabe, besonders für Menschen, die bereits beruflich mit älteren Menschen zu tun haben, etwa in der Altenpflege, im Seniorenheim, im betreuten Wohnen, Krankenhäusern usw., oder die selbst schon älter sind.

Themen und Inhalte:

- » Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die so genannte Yoga Vidya Grundreihe.
- » Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, seniorengerecht angepasst anzuleiten und zu korrigieren.
- » Besonderheiten beim Unterrichten von Senioren im Yoga-Unterricht
- » Übungen bei spezifischen altersbedingten Beschwerden und Gebrechen

- » Yoga auf dem Stuhl
- » Einsatz von Hilfsmitteln. Vorsichtsmaßnahmen.
- » Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- » Praktische Yoga für Senioren-Übungsstunden
- » Üben in Kleingruppen

Nach Abschluss dieser Ausbildung kannst du Yoga in Einrichtungen für ältere Menschen, Altenheimen, Krankenhäusern, karitativen Einrichtungen, Yogazentren, Vereinen etc. anbieten.

Teilnahmevoraussetzungen: Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich. Auch geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Seniorenyoga spezialisieren wollen. (Einiges wird für dich Wiederholung sein.)

Ca. 168 UE.

Zertifikat: "Senioren Yoga Übungsleiter (BYVG)".

Prüfung: Die praktischen Vorstellstunden entsprechen der praktischen Prüfung. Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12200

## Senioren Yoga Übungsleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Yogakurse für Senioren anzuleiten. Besonders interessant für diejenigen, die bereits mit älteren Menschen arbeiten oder selbst älter sind.**

In einer alternden Gesellschaft mit hoher Lebenserwartung wird es immer wichtiger, sich auch im Alter fit zu halten, um die Lebensqualität zu erhalten oder mit etwaigen gesundheitlichen Einschränkungen optimal umzugehen. Gerade im Alter hilft Yoga in Form von körperlicher und seelischer Entspannung, Konzentrations- und Gedächtnistraining, Stärkung der Muskulatur, der Knochen und Gelenke, und führt insgesamt zu einer positiveren Lebenseinstellung. Yogakurse für Senioren anzuleiten ist eine erfüllende

Aufgabe, besonders für Menschen, die bereits beruflich mit älteren Menschen zu tun haben, etwa in der Altenpflege, im Seniorenheim, im betreuten Wohnen, Krankenhäusern usw., oder die selbst schon älter sind.

Themen und Inhalte:

- » Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die so genannte Yoga Vidya Grundreihe.
- » Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, seniorengerecht angepasst anzuleiten und zu korrigieren.
- » Besonderheiten beim Unterrichten von Senioren im Yoga-Unterricht
- » Übungen bei spezifischen altersbedingten Beschwerden und Gebrechen
- » Yoga auf dem Stuhl
- » Einsatz von Hilfsmitteln. Vorsichtsmaßnahmen.
- » Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- » Praktische Yoga für Senioren-Übungsstunden
- » Üben in Kleingruppen

Nach Abschluss dieser Ausbildung kannst du Yoga in Einrichtungen für ältere Menschen, Altenheimen, Krankenhäusern, karitativen Einrichtungen, Yogazentren, Vereinen etc. anbieten.

Teilnahmevoraussetzungen: Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich. Auch geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Senioren yoga spezialisieren wollen. (Einiges wird für dich Wiederholung sein.)

Ca. 168 UE.

Zertifikat: "Senioren Yoga Übungsleiter (BYVG)".

Prüfung: Die praktischen Vorstellstunden entsprechen der praktischen Prüfung. Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11870

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12044

## Shiatsu Massage Ausbildung

Körper und Geist

### Lerne 4 grundlegende Shiatsu-Ganzkörperbehandlungen.

Eine besondere Massage Ausbildung, in der du Massage mit Yoga zu kombinieren lernst. „Shiatsu (jap. shin = Finger, atsu = Druck) ist eine Form von manueller Behandlung, ausgeführt mit den Daumen, anderen Fingern und den Handflächen, ohne Zuhilfenahme jeglicher Instrumente. Durch Druck auf die menschliche Haut beseitigt die Shiatsu Massage Therapie innere Störungen, fördert und erhält die Gesundheit und behandelt spezielle Beschwerden.“ (Definition des japanischen Gesundheitsministeriums).

In dieser Massage Ausbildung erfährst du Shiatsu als ganzheitliche Therapieform, die die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert und so die Erhaltung, Wiedergewinnung, und Stabilisierung körperlicher, geistiger und seelischer Gesundheit erreicht.

Du lernst in dieser Shiatsu Massage Ausbildung, dass der menschliche Körper ein Energiesystem ist, in dessen Energiebahnen (Meridianen) die Lebensenergie (Ki) zirkuliert und die Organe mit Energie versorgt. Durch die Shiatsu Massage wird dieses Energiesystem in optimaler Harmonie gebracht und gezielt stimuliert.

Diese Ausbildung versetzt dich in die Lage, eine Shiatsu Ganzkörper Massage für andere sowie eine Selbstbehandlung durchzuführen. Shiatsu als "Gesundheitsmittel" selbst anzuwenden ist ebenso angenehm, wie damit behandelt zu werden. Im Laufe der Shiatsu Massage Ausbildung und der späteren Anwendung stärkst du deine eigene Wahrnehmung und Intuition erheblich.

Bei der Shiatsu Massage gibt es vier grundlegende Ganzkörperbehandlungen, die sogenannten Basiskatas: Bauchlage, Rückenlage, Seitenlage und sitzende Position. Diese vier Abläufe stellen die Grundlage der Behandlung dar und werden während des Seminars eingehend behandelt. Sie sind ausreichend, um Shiatsu praktisch ausüben zu können.

Aufbau, Inhalt und Themen der Shiatsu Massage Ausbildung:

- Einblick in die fernöstliche Heilkunde
- Energieaustausch von Leere und Fülle
- Körperhaltung und Berührung aus der Mitte
- grundlegende Massage Techniken (Basiskatas)
- Anwendung von Shiatsu mit Daumen, Händen, Ellenbogen, Knien und Füßen
- Do-In Methoden der Selbstbehandlung, Meridian-Dehnübungen und Übungen zur Entwicklung von Ki
- spezielle Techniken.

In der Ausbildung gibt es natürlich täglich Meditation, Mantra-Singen und Yoga Stunden, sodass du dich selbst mit Licht und Kraft auflädst. Gerade bei Energiemassagen wie Shiatsu ist die Ausstrahlung des Massierenden besonders wichtig.

Der Tagesablauf während der Ausbildung folgt dem bewährten Yoga Vidya Seminarablauf. Die Workshops, Vorträge, Meditationen und Yoga Stunden sind weitgehend auf das jeweilige Thema der Ausbildung abgestimmt.

Voraussetzung für das jeweilige Zertifikat ist die Teilnahme an allen zur Ausbildung gehörenden Programmteilen, einschließlich Meditation und Mantra-Singen morgens und abends und Yoga Stunden.

Wenn du bei Ismail drei Wochenenden Shiatsu Basis Ausbildung besucht hast, erkennt der BYVG das auch als Baustein für die Yoga Vidya Ganzheitliche Massage Ausbildung an. Mit Prüfung und Zertifikat.

· Ismail Wasawari: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12026

· Ismail Wasawari: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**10.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12177

## Spirituelle Coaching Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, mit Hilfe verschiedener Coaching-Techniken Menschen wirkungsvoll zu beraten, zu begleiten und zu unterstützen.**

Coaching beschreibt einen Prozess der Begleitung, bei dem der Coach seinen Kunden m Hilfe bestimmter Techniken wirkungsvoll unterstützt, persönliche Themen zu meistern und ein für ihn erfolgreiches Leben zu führen.

Wie gearbeitet wird, hängt oft von den Methoden ab. Meistens geht es aber darum, einen dem Kunden eine neue Perspektive, die sich ihm allein nicht so leicht erschlossen hätte, zu eröffnen. Ein guter Coach begleitet seinen Kunden auf mentaler, kognitiver und emotionaler Ebene.

Im Zusammenhang mit der Suche nach Spiritualität ist es interessant, Coaching - verstanden als die Suche nach dem Weg zu persönlichem Erfolg - und Spiritualität - verstanden als Suche nach Sinn -, gegenüberzustellen. Wo berühren sich beide Welten, und wo schließen sie sich eventuell aus?

Ausbildungsinhalte:

- Du erlernst und praktizierst wichtige Coaching-Techniken aus Erlebnis- und prozessorientierten Beratungsmethoden. In die Arbeit fließen unterschiedliche Methoden mit ein, wie NLP, systemischer Therapie und Hypnotherapie, und neuere Entwicklungen.
- Du erlernst kraftvolle Werkzeuge der Kommunikation
- Du wirst in Kleingruppen üben können, andere zu begleiten, und selber auch für Deine augenblicklichen Lebensfragen Impulse erhalten.

Geeignet für Menschen in kommunikativen Berufen. Wenn du schon lehrend, beratend oder helfend tätig bist, erhältst du hier zusätzliche Techniken, um Menschen in ihrer Sinnfindung zu unterstützen, neue Perspektiven in ihrem Leben zu erschließen. Auch geeignet für Menschen, die selber den Genuss eines Coachings an sich erfahren möchten und im geschützten Raum der Gruppe unter kompetenter Begleitung Impulse und Inspiration für ihr Leben erhalten möchten.

Ca. 60 UE. Mit Prüfung und Zertifikat: kurzer schriftlicher Erfahrungsbericht; Praxis in Kleingruppen.

· Susanne Sirringhaus: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**22.01.2017-27.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11741

## Spirituelle Hypnose Grundausbildung

Körper und Geist

**Lerne, mit Trancetechniken eine tiefere Intelligenz jenseits der Worte zu erfahren und zu nutzen. Moderne Trancetechniken mit Elementen aus der Hypnosetherapie können helfen, Ideen zu finden und Intuition zu stärken.**

In der Hypnotherapie werden Techniken der Trance benutzt, um das eigene Potential zu entfalten und Probleme zu lösen. Hypnose bedeutet, sich in eine andere Form der Wachheit zu begeben, die weniger vom Bewusstsein als vom Unterbewusstsein bestimmt ist. Es gibt Techniken, die zu bestimmten Erfahrungen verhelfen können, und du wirst in dieser Ausbildung einige dieser Techniken kennen lernen, selbst an dir erfahren und auch mit anderen einüben.

Du wirst in dieser Ausbildung weder Showhypnose noch Tieftrance-Phänomene mit Erinnerungsverlust erlernen. Du erhältst einen realistischen Eindruck der Möglichkeiten dieser Methode.

Du wirst selber im sicheren Rahmen des Seminars Erfahrungen mit Trance-Zuständen machen und andere darin begleiten.

Ausbildungsinhalte:

- Vorannahmen von Hypnosetechniken nach Erikson
- Trance als natürliche auftretendes Phänomen
- Wie erkenne ich Trance-Zustände?
- Wie bleibe ich poetisch ungenau, um präzise Prozesse anzustoßen?

- Hineinführen und Zurückholen aus Trance-Zuständen
- Geschichten und Poesie als Quellen der schöpferischen Kraft zur Findung von Lösungsstrategien
- Ressourcentrancen anleiten (Trancen, die dich an deine Kraftquellen erinnern)
- Sprachliche Muster für Trancen kennen lernen und anwenden können
- Eigene Trancezustände besser kennen lernen und anerkennen und eventuell aus ihnen erwachenn.

Wenn du beratend oder lehrend tätig bist, wirst du noch aufmerksamer auf Wirkungen von Worten und Veränderungen von Bewusstseinszuständen werden. Du wirst lernen, Trance-Zustände zu erkennen. Als YogalehrerIn wirst du mit dieser Ausbildung noch besser Entspannungen anleiten können. Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit für Selbsterfahrung, Yoga und Spiritualität.

Ca. 80 UE. Mit Zertifikat.

· Susanne Sirringhaus: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12003

## Spirituelle Lebensberatung Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Menschen auf ihrem spirituellen Weg zu begleiten und zu beraten. Ein außergewöhnliches Seminar, um den spirituellen Weg und seine vielfältigen Verzweigungen in der Tiefe zu begreifen.**

Lerne, Menschen auf ihrem spirituellen Weg zu begleiten und zu beraten. Auf dem spirituellen Weg gibt es viele Aufgaben zu bewältigen: Integration des spirituellen Weges in Beruf, Partnerschaft und Familie. Umgang mit Krankheiten. Umgang mit Bedürfnissen und Wünschen. Umgang mit Reinigungs-, Hindernis- und Kundalini Erweckungserfahrungen. Umgang mit spirituellen Krisen. Spirituelle Entscheidungsfindung. Extreme Praktiken versus Mittelweg. Die Tricks des Ego. Gott. Guru. Samadhi. Aufgaben auf verschiedenen Stufen der spirituellen Entwicklung. Didaktik: Wie führt man ein spirituelles Beratungsgespräch? Möglichkeiten und Grenzen der spirituellen Beratung und Führung. Möglichkeiten und Schwierigkeiten in der Beziehung zwischen Berater und Aspirant. Ein außergewöhnliches Seminar, um den spirituellen Weg und seine vielfältigen Verzweigungen in der Tiefe zu begreifen. Ideal für jeden, dem öfter Fragen zum spirituellen Weg gestellt werden. Teilnahmevoraussetzungen: abgeschlossene Yoga Vidya Lehrer-, Meditationskursleiter-, Ayurveda Gesundheitsberater o. gleichwertige Ausbildung. Mit Zertifikat "Spirituelle/r Lebensberater/in (BYVG)". 81 UE.

· Sukadev Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.07.2017-16.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11974

## Spirituelle Transformation

Körper und Geist

**Spirituelle Entwicklung vollzieht sich - wie das Leben selbst - nicht in einer geraden Linie, sondern beinhaltet Umbrüche und Veränderungen, die manchmal auch dramatisch sein können. Anhand von praktischen Beispielen aus der spirituellen Geschichte der Menschheit beschäftigst du dich mit den Gesetzmäßigkeiten der Wandlung. Was geschieht in Umbruchphasen?**

**Wie bewältigst du die Transformation? Woran richtet sich dein Lebensschiff aus? Wie integrierst du deine spirituellen Durchbrüche? Insbesondere auch für Yogalehrer geeignet.**

Spirituelle Entwicklung vollzieht sich - wie das Leben selbst - nicht in einer geraden Linie, sondern beinhaltet Umbrüche und Veränderungen, die manchmal auch dramatisch sein können. Anhand von praktischen Beispielen aus der spirituellen Geschichte der Menschheit beschäftigst du dich mit den Gesetzmäßigkeiten der Wandlung. Was geschieht eigentlich in Umbruchphasen?

Wie kannst du verstehen, was passiert? Wie bewältigst du die Transformation? Woran richtet sich dein Lebensschiff aus?

Wie integrierst du deine spirituellen Durchbrüche? Es geht also um dich selbst, um deinen Weg und deine eigentlichen Ziele.

So wird das Seminar die Gelegenheit bieten, über persönliche Erfahrungen zu sprechen und diese in ein klares Licht der Erkenntnis zu stellen. Über eine Schlucht zu springen heißt, für einen Augenblick weder die eine noch die andere Seite unter den Füßen zu haben.

· Eknath Hummer: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12170

## Sterbebegleiter Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, ehrenamtlich Sterbende und ihre Angehörigen zu begleiten. Eigene tiefe Auseinandersetzung mit Themen wie Leben und Vergänglichkeit, Sterben und Tod.**

Immer mehr Menschen wollen sich aktiv und offen mit Sterben und Tod beschäftigen und dabei zu einem neuen spirituellen Verständnis von Vergänglichkeit, Sterben und Tod gelangen. Sich der eigenen Vergänglichkeit stellen, sich empfänglich machen für die transzendente Wirklichkeit jenseits der Welt der Illusionen ist ein besonders spiritueller Weg, der tief in das Wesentliche unseres Daseins dringen. Daher setzt du dich als Sterbebegleiter/in auch mit deiner eigenen Vergänglichkeit auseinander. Du findest in der Begleitung von sterbenden Menschen eine eigene spirituelle Praxis, die eine große Wachstumsmöglichkeit darstellt. In der Situation der Sterbebegleitung lässt du dich auf sehr individuelle und einzigartige Erfahrungen und Prozesse ein und unterstützt Sterbende und ihre Angehörigen auf ihrem Weg. Dabei sind der Weg des Dienens und eine Geisteshaltung der Demut Kennzeichen für eine spirituell gelebte Begleitung. Inhalte der Ausbildung: - Selbsterfahrung - Biographiearbeit und Lebensbilanz - Arbeit mit verschiedenen Ausdrucksmedien - Wahrnehmungsschulung - Kommunikationstraining - Meditationen und Yoga - Kennenlernen religiöser Sichtweisen \_ leben und sterben aus yogischer Sicht - Die Symbolsprache Sterbender \_ Berührung als Element der Sterbebegleitung \_ Karma- und Reinkarnationsphilosophie - Kraftquellen - und Ressourcentraining - Austausch in der Gruppe. Im Verlauf der Ausbildung wirst du dein eigenes Begleitungskonzept erarbeiten, das du dann später in der Praxis umsetzen kannst. Diese Ausbildung gibt dir die Möglichkeit, ehrenamtlich tätig zu werden, z.B. in Altenheimen, Krankenhäusern, in diakonischen Einrichtungen, bei Privatpersonen, in der Angehörigenarbeit, im eigenen Familien- und Bekanntenkreis. Zertifikat: "Sterbebegleiter/in/BYVG". Ca. 60 UE

· Vani Devi Beldzik: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 58 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12203

## Stimm- und Sprechtraining für Yogalehrer

Körper und Geist

**Die Art wie du sprichst, deine Ausdrucksweise, deine Stimme, ganz allgemein dein Sprachgebrauch - das ist deine akustische Visitenkarte. Werde dir dieses Potentials bewusst und schule deine Stimme und deine Sprechweise.**

Die Art wie du sprichst, deine Ausdrucksweise, der Klang deiner Stimme - das ist deine akustische Visitenkarte. Wie legen alle großen Wert auf ein gepflegtes Äußeres, gute Kleidung und weiße Zähne. Aber kaum jemand ist sich der Wirkung bewusst, die wir mit unserer Sprache und Stimme auf unser Gegenüber haben. In diesem Seminar kannst du dir dieses Potentials bewusst werden und lernen, wie du deine Aussprache und Sprechstimme optimierst. Viele Berufe, besonders Lehrer (auch Yogalehrer) müssen große sprecherische Belastungen aushalten, für die ihre Stimme gar nicht geschaffen ist. Mit Hilfe von Atemübungen, Artikulationstraining, Übungen zur Stimmkräftigung kannst du deine Stimme so weit kräftigen und entwickeln, dass sie am Ende eher das tut was du willst. So dass sie überzeugend klingt, dass sie dich nicht im Stich lässt und du eine größere Palette von Ausdrucksmöglichkeiten hast.

· Anandini Einsiedel: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12072

## Stimm- und Sprechtraining Kursleiterausbildung

Körper und Geist

**Stimme und Ausdrucksweise sind deine akustische Visitenkarte, sie beeinflussen erheblich die Wirkung deiner Worte. Werde dir dieses Potentials bewusst und nutze ihre vielen Möglichkeiten. Siehe S. XX.**

Möchtest du als Yogalehrer durch Sprechtraining deine Stimme ideal nutzen, um Yoga besser zu vermitteln? Dann besuche diese Stimm- und Sprechtraining Kursleiter Ausbildung. Eine angenehme Stimme wirkt ähnlich wie ein angenehmes Äußeres. Als Yogalehrer kannst du in dieser Ausbildung durch Sprechtraining lernen, mit deiner Stimme Yoga besser zu vermitteln. Nach dieser Ausbildung gewinnen deine Botschaften während deiner Yoga Stunden an Bedeutung und erreichen den Zuhörer besser. Auf unsere Stimme und Sprechweise kommt es nicht nur beim Yoga an, sondern auch, wie gut wir überzeugend wirken, Kompetenz und Gelassenheit ausdrücken, Gehör bekommen, motivieren, Vertrauen schaffen, überzeugen.

Inhalte dieser Stimm- und Sprechtraining Kursleiter Ausbildung:

- Intensives Yoga Stimm- und Sprechtraining zur Kräftigung, Optimierung und Stabilisierung deiner Sprechstimme
- Atem- und Stimmphysiologie
- Sprachgestaltung und Sprechtechnik, Sprechtraining
- Phonetik, Gestik und Mimik
- Gesang & Stimmbildung
- Stimmpflege und -Hygiene
- Kommunikation
- Stimmtypologie und Stimmpsychologie
- Atemübungen aus dem Yoga

Teilnahmevoraussetzungen für die Ausbildung: Offenheit für Yoga und Spiritualität.

Nicht geeignet für Menschen mit HNO Erkrankungen, wie z.B. Schwerhörigkeit oder Stimmbandknötchen.

Zertifikat: „Stimm- und Sprechtrainer (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Thomas Hundsalz: Yoga Vidya Nordsee

**13.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12030

## Stressmanagement Berater/in Ausbildung

Körper und Geist

**Hier lernst du alles über Stressbewältigung und Entspannung für einen gesunden Alltag in Beruf, Familie, Freizeit – für dich, deine Teilnehmer, Klienten! - Die Ausbildungsinhalte orientieren sich an den Voraussetzungen für anerkannte Krankenkassen Präventionskurse im Bereich Stressmanagement und Entspannung.**

Hier lernst du alles über Stressbewältigung und Entspannung! - Die Ausbildungsinhalte orientieren sich an den Voraussetzungen für anerkannte Krankenkassen Präventionskurse\* im Bereich Stressmanagement und Entspannung. Du lernst insbesondere die beiden Präventionsprinzipien  
 - Methoden zur Förderung von Stressbewältigungskompetenzen: multimodales Stressmanagement  
 - Methoden zur Förderung von Entspannung: u.a. Hatha Yoga, Autogenes Training (AT), Progressive Muskelentspannung (PMR) und Meditation gründlich in Theorie und einfachen praktischen Entspannungstechniken kennen.

Die Ausbildung beruht auf den drei Säulen des Stressmanagements:

Instrumentelles Stressmanagement setzt an den Stress auslösenden Reizen mit dem Ziel an, diese zu reduzieren oder auszuschalten, etwa durch Umorganisation des Arbeitsplatzes, des Schlaf- oder Wohnraumes, sowie durch Veränderung von Zeit-, Arbeits- und Kommunikationsabläufen. Die entsprechende Förderung sachlicher, sozialkommunikativer Kompetenzen und Selbstmanagementkompetenzen zielt auf eigengesteuertes und zielgerichtetes Handeln.

Kognitives Stressmanagement hingegen setzt an den individuellen, stressauslösenden Einstellungen, Bewertungen, Motiven und Rollen an. Ziel ist es, diese bewusst zu machen, zu reflektieren und in Stress vermindernde Bewertungen zu transformieren.

Palliativ-regeneratives Stressmanagement setzt schließlich an der Regulierung sowie Kontrolle der psychophysiologischen Stressreaktion an. Die hier erlernten Verfahren zielen einerseits auf rasche Erleichterung und Entspannung akuter Stressreaktionen (Palliation), andererseits auf regelmäßige Erholung und Tiefenentspannung (Regeneration).

Besonders geeignet für Psychologen, Pädagogen, Sozialpädagogen, Sozial- und Gesundheitswissenschaftler, Ärzte. Auch wenn du die beruflichen Voraussetzungen\* für eine Krankenkassen-Anerkennung nicht mitbringst, vermittelt dir der Kurs wertvolle Inhalte und Erkenntnisse für eine stressfreiere, gesündere Bewältigung deines Alltags und wie du deinen Kursteilnehmern und Klienten - etwa Führungskräfte, Lehrer und Erzieher, Vertriebsmitarbeiter, Pflegepersonal und Gesundheitsdienstleister, Frauen und Männer mit Mehrfachbelastung - mit wertvollen Beratungen und Ratschlägen ebenso dazu verhelfen kannst.

Ausbildungsinhalte:

- Selbstmanagement-Kompetenzen, wie systematisches Problemlösen, Zeitmanagement und persönlicher Arbeitsorganisation
- Methoden der kognitiven Umstrukturierung mit dem Ziel der Einstellungsänderung und positiven Selbstinstruktion
- Psychophysiologischer Entspannungsverfahren

- Training von selbstbehauptendem Verhalten und sozial-kommunikativer Kompetenzen
- Allgemeine Stresstheorie, Analyse des individuellen Stressverhaltens, z.B. anhand von Selbsteinschätzungen, Fragebögen, "kognitiven" Tests und Aufgaben.
- Stresstypen und Bezug zu Ayurveda-Konstitutionstypen.
- Bezug zu klassischen Yoga-Techniken aus dem Raja und Jnana Yoga
- die Lebensführung (u.a. Beruf, Familie, Freizeit) "stressfrei" zu organisieren
- Verschiedenen Stressmanagement-Programme und weitere Ansätze (nach Kaluza, Meichenbaum, Kabat-Zinn, Rosenberg u.a.)

Teilnahmevoraussetzungen: Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung/Zertifikat: Abschlussarbeit. Zertifikat „Stressmanagement Berater/in (BYVG)“. 60 UE.

Die Ausbildung zum „Stressmanagement-Berater“ führt in Kombination mit der Ausbildung „Entspannungs-Trainer“ zum Zertifikat „Stressmanagement-Trainer“ und erfüllt hiermit die Vorgaben der Krankenkassen gemäß § 20 SGB V zur Durchführung von Präventionskursen.

\* Die Krankenkassen-Anerkennung setzt einen staatlich anerkannten Berufs- oder Studienabschluss als Psychologe, Pädagoge, Sozialpädagoge, Sozial-, Gesundheitswissenschaftler oder Arzt voraus.

• Shaktidas Schüler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12107

## Systemische Coaching Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst, wie Systeme, z.B. Teams, Unternehmen, Familie, gesellschaftliche Gruppen, funktionieren. Du lernst Aufstellungen für die verschiedensten Lebensbereiche deiner Klienten kennen. Beschreibung s.S. xx.**

Im Coaching unterstützt der Coach den Klienten dabei, seine Lernaufgaben zu meistern, neue Perspektiven zu gewinnen und erfolgreich im Leben zu stehen.

Konflikte und Probleme im sozialen und beruflichen Alltag liegen oft begründet in unbewussten Mustern und sind bestimmt durch die ihnen inne wohnenden Dynamiken. Mit systemischen Aufstellungen werden diese im Außen sichtbar und erlebbar gemacht. So können Ressourcen erkannt und Lösungen gefunden werden.

Du lernst, wie Systeme wirklich funktionieren. Du lernst eine Vielzahl von Aufstellungen kennen, die sich auf die verschiedensten Lebensbereichen der Klienten anwenden lassen.

Nach Abschluss dieser Ausbildung kannst du:

- Einzelpersonen, Familien und Teams systemisch beraten
- Ursachen von Problemen erkennen und daraus Lösungswege festlegen
- wichtige Coaching-Techniken der systemischen Therapie anwenden
- Aufstellungen anleiten
- prozess- und lösungsorientiert arbeiten
- ein Gespür für die Energie von Aufstellungen entwickeln

Ausbildungsinhalt:

Theorie:

- die Haltung des systemischen Therapeuten
- Therapeutenkodex
- Ablauf eines Coachings
- Anamnesegespräch
- Auftragsklärung

Praxis:

- Systemaufstellungen
- Organisationsaufstellungen
- Aufstellungsformen für spezifische Themen: Konfliktklärung, Symptomaufstellungen, Ressourcenintegration, Entscheidungs- und Zielfindung, Kommunikationsmuster, Paaraufstellungen
- Arbeit mit Paaren und Gruppen
- Selbsterfahrung eigener Beziehungssysteme
- Üben in Kleingruppen, um Sicherheit und Kompetenz zu erwerben

Teilnahmevoraussetzungen:

Psychische Stabilität, Fähigkeit zu Selbstreflexion, Offenheit und persönliches Einbringen in die Gruppe, Bereitschaft, durch eigene innere Prozesse die systemische Arbeit an sich selbst zu erfahren. Eine eigene Yoga- und Meditationspraxis sowie Erfahrungen in psychosozialer Arbeit sind hilfreich, aber nicht Bedingung.

Prüfung/Zertifikat: „Systemisches Coaching Ausbildung (BYVG)“. Praktische und theoretische Prüfung. Ca. 108 UE.

Als Baustein-Ausbildung ausbaubar zum „Systemischen Berater (BYVG)“ mit dem folgenden weiteren Baustein: „Systemisches Familienstellen“, bzw. mit bereits absolvierten Bausteinen.

· Tenzin Leickert: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11881

## T'ai Chi Ch'uan, Qi Gong und Yin Yoga Woche

Körper und Geist

**Kraftvolle Standübungen aus Qi Gong Systemen, fließende und meditative Sequenzen einer klassischen Tai Chi Form, gefühlvolles und ausgleichendes Yin Yoga. Du lernst, wie wichtig Balance ist zwischen Yin und Yang, Anspannung und Entspannung und wie du flexibler wirst, so dass deine Hatha Yoga Praxis auf ein ganz neues Niveau gehoben wird.**

Durch die kraftvollen Standübungen aus mehreren Qi Gong Systemen lernst du Kraft aufzubauen, die du dann in die fließenden, kraftvollen und meditativen Sequenzen einer klassischen Tai Chi Form einbaust und so die Energie im Fließen genießen kannst. Danach wird es dir einfacher fallen, in der gefühlvollen und ausgleichenden Yin Yoga Praxis das Loslassen zu üben, bei dir anzukommen und genau zu spüren, was im gegenwärtigen Augenblick da ist. Durch diese Kombination wirst du lernen, wie wichtig Balance ist zwischen Yin und Yang, Anspannung und Entspannung und wie du ganz nebenbei auch noch flexibler wirst, so dass deine klassische Hatha Yoga Praxis auf ein ganz neues, erweitertes Niveau gehoben wird. Verbinden und nicht abgrenzen ist das Schlüsselwort dieser Tage voller Dynamik und gleichzeitiger Losgelöstheit.

· Marc Gerson: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**27.08.2017-01.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12057

## Tat Twam Asi

Körper und Geist

**Es fällt dir nicht so leicht, dauerhaft die hohen Ideale und Erkenntnisse so in deinen Alltag zu integrieren, dass sie sich in Form von mehr Gelassenheit, Ruhe und Lebensfreude ausdrücken? Dieses Wochenende holt dich aus der „Froschperspektive“ heraus, macht dir wieder einmal bewusst, dass es eine höhere Wirklichkeit gibt. Für ernsthaft spirituell Interessierte.**

"Das bist du" Interpretation und Meditation mit und über die vier Mahavakyas, die vier "großartigen Aussprüche" aus den Upanishaden. Geht es dir auch oft so: Du bist schon eine ganze Weile auf dem spirituellen Weg, praktizierst mehr oder weniger regelmäßig und vieles ist dir sonnenklar. Trotzdem fällst du im Alltag wieder in die alten Muster zurück und es fällt dir nicht so leicht, dauerhaft die hohen Ideale und Erkenntnisse so zu integrieren, dass sie sich in Form von mehr Gelassenheit, Ruhe und Lebensfreude ausdrücken? Dieses Wochenende holt dich aus der "Froschperspektive" heraus, macht dir wieder einmal bewusst, dass es eine höhere Wirklichkeit gibt und all die kleinen oder auch größeren Alltagsprobleme und - sorgen vor dem Hintergrund einer höheren Warte nicht sooo unüberwindlich und sooo wichtig sind, wie es dir oft erscheint, wenn du mitten drin steckst. Hole dir neue Inspiration, Kraft und spirituelle Anregung für Wochen und Monate! Für ernsthaft spirituell Interessierte.

Kenntnisse in Yoga und Meditation erforderlich. Als Weiterbildung für Yogalehrer geeignet.

· Narada Marcel Turnau: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**01.01.2017-04.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 33 Uh - € - Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11711

## Thai Yoga Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst, eine vollständige Ganzkörper-Thai-Yoga-Massage durchzuführen, sie auf die Bedürfnisse der Klienten abzustimmen, Variationen und aufbauende Positionen, Kontraindikationen.**

Du lernst in dieser Massage Ausbildung von Yoga Vidya, eine vollständige Thai Yoga Ganzkörper Massage durchzuführen. Du lernst Variationen, aufbauende Positionen, Kontraindikationen und die Massage auf die Bedürfnisse des Klienten abzustimmen.

In der Thai Yoga Massage Ausbildung erfährst du:

- die Grundlagen der Leichtigkeit und der fließenden Übergänge zwischen den Positionen zu integrieren
- die Schlüsselstellungen in die Thai Yoga Massage einzubauen
- Vorsichtsmaßnahmen anzuwenden, um Verletzungen und falschen Positionen des Praktizierenden vorzubeugen
- Geschichte und Philosophie der Thai Yoga Massage
- Energien durch Akupressur und Thai Energie Linien auszubalancieren
- Grundlegende Methoden, um Kontraindikationen zu vermeiden
- Integration von "Metta" (liebende Güte) und Meditation

Aufbauend darauf lernst du in dieser Ausbildung weitere Positionen und Variationen sowie neue Energielinien, mit deren Anwendung eine tiefere therapeutische Wirkung der Thai Yoga Massage erzielt wird.

Nach der Ausbildung wirst du Sicherheit in der Anwendung der Positionen und Variationen haben, eine 90minütige Massage auf die Bedürfnisse der Klienten, je nach deren Größe und Beweglichkeit, abstimmen können.

Ausbildung mit Zertifikat (bei vollständiger Teilnahme und erfolgreichem Abschluss). 80 Unterrichtseinheiten.

· Anne Wuchold: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**14.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11980

· Gundi Nowak: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.11.2017-01.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12191

## The Positive Creative World. Intuitive Weltmusik. Gruppenimprovisation und thematische musikalische Kommunikation

Musik

### Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben

Raum und Zeit, neue Klangwelten zu erleben. – Musikalische Improvisation wird häufig als Königsklasse des Musizierens angesehen. In der Gruppenimprovisation können fortgeschrittene Musiker sich von den gewohnten, alten Mustern freimachen und neue Ausdrucksmöglichkeiten im harmonischen Zusammenspiel auch mit noch fremden KollegInnen entdecken.

Die teilnehmenden Musiker können Stile und Instrumente aus verschiedenen traditionellen und modernen Quellen einbringen, Sie finden Raum und Zeit, sich zuzuhören, aufeinander zu- und einzugehen und neue Klangwelten zu erschaffen.

Ziel ist die Förderung eines ganzheitlichen, musischen Empfindens und Experimentierens mit neuen Formen zur persönlichen und beruflichen Entwicklung. Kreativität, Flexibilität, interkultureller Austausch. Team und Gemeinschaftsfähigkeit sind dabei wichtige Faktoren.

Jede Veranstaltung eröffnet mit einer Darbietung von Musikern des The Positive Creative World Ensembles, zu dem vom Kernteam um Projektgründer Rechnungpa (Gong, Voc, Perc.), Jim Galakti (Trumpet, Keys), Jens Pollheide (Bass & Flutes) Afshin Ghavami (Guitar), Wilfried Schewik (Keys) u.a. weitere Musiker eingeladen werden und endet in einem offenen Session-Workshop mit allen anwesenden Musikern auf fortgeschrittenem Niveau und Gesprächen über die Darbietungen. Jede Veranstaltung wird aufgezeichnet: Für etwaige Ton-Bild Veröffentlichungen gilt das anspruchlose Einverständnis aller Beteiligten und Anwesenden. – Neue Musiker bitte vorher anmelden: 0234 5892040.

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**27.01.2017-27.01.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12265

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**24.02.2017-24.02.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12267

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**24.03.2017-24.03.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12268

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**28.04.2017-28.04.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12269

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**26.05.2017-26.05.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12270

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**23.06.2017-23.06.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12271

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**28.07.2017-28.07.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12272

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**25.08.2017-25.08.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12273

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**22.09.2017-22.09.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12274

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**27.10.2017-27.10.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12275

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**24.11.2017-24.11.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12276

---

Rechungpa Kreckel · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO  
**22.12.2017-22.12.2017.** 20.30-23.30. - Vortrag mit offenem Workshop. 4 Uh - 0 € - Angemessene Spenden statt Eintritt - Nr. ABOL12277

---

Die Hauptasanas werden gemeinsam studiert und besprochen, ihre Wirkungen auf verschiedenen Ebenen sowie Kontraindikationen, Variationen und der Einsatz von Hilfsmitteln. Korrekturen, Hilfestellungen und Ausrichtung. In jeder Einheit wenden wir uns einer Gruppe zu (Stehende Asanas, Rückwärtsbeugen etc.).

Ziel dieses Seminars ist es, die Hauptasanas genauer zu analysieren. Die einzelnen Asanas werden gemeinsam studiert und besprochen. Ihre Wirkungen auf verschiedenen Ebenen sowie Kontraindikationen, Variationen und der Einsatz von Hilfsmitteln. Korrekturen, Hilfestellungen und Ausrichtung. In jeder Einheit wenden wir uns einer Gruppe zu (Stehende Asanas, Rückwärtsbeugen etc.). Das Seminar bietet Raum, das Verständnis um die Asanas zu vertiefen, für Fragen und Diskussion.

· Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11935

· Kay Hadamietz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**27.10.2017-29.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12144

## Therapeutische Grundlagen der Klangtherapie

Körper und Geist

**Was ist der Unterschied zwischen Klangarbeit zur Entspannung und Klangtherapie? Wo hört Primärprävention auf und wo beginnt Therapie? Durch das Erarbeiten der Grundlagen und konkrete Übungen wirst du sicherer bei deiner Arbeit mit Klängen. Pflichtbaustein für Absolventen der Klangtherapie-Baustein-Ausbildung und offen für alle Interessierten, die beruflich oder privat mit Klängen arbeiten.**

**Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang und Anwendung von Klanginstrumenten oder Besuch eines Klang- oder Gongseminars.**

Was ist der Unterschied zwischen Klangarbeit zur Entspannung und Klangtherapie? Wo hört Primärprävention und Entspannung auf und wo beginnt Therapie? Um die Unterschiede selbst zu erfahren und auch entsprechend in deiner Beratung oder deinem Unterricht als Klangarbeiter und/oder Klangtherapeut einzusetzen, praktizierst du Übungen zur Selbsterfahrung auf den subtileren Ebenen und lernst die Wirkung der Klänge im feinstofflichen Bereich kennen. Du lernst, wie genau die verschiedenen Ebenen mit Klängen angesprochen werden: die emotionale, energetische, mentale und kausale Ebene.

Organische Erkrankungen haben oft einen emotionalen und geistigen Ursprung, durch den die Lebensenergie blockiert werden kann und dadurch eine manifeste Krankheit entstehen lässt. Durch das Erarbeiten der Grundlagen wirst du sicherer und gelassener bei deiner Klangarbeit und kannst dich mehr auf das Wesentliche konzentrieren. Durch konkrete Übungen schulst du deine Selbsterfahrung, so kannst du kompetent und mitfühlend andere mit dieser Arbeit begleiten. Theoretische Grundlagen runden das Thema ab. Mit diesen Kenntnissen kannst du neben der Klangarbeit auch deine Yogaschüler kompetenter betreuen.

Pflichtbaustein für Absolventen der Klangtherapie-Baustein-Ausbildung und offen für alle Interessierten, die beruflich oder privat mit Klängen arbeiten.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse im Umgang und Anwendung von Klanginstrumenten oder Besuch eines Klang- oder Gongseminars.

· Atmamitra Mack: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY12230

## Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017

Kommunikation

### Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

In Konfliktsituationen konstruktiv im Gespräch zu bleiben und gelassen zu reagieren, ist für viele Menschen ein wichtiges Ziel. Die Fähigkeit, achtsam und respektvoll zu kommunizieren, bringt Zufriedenheit, Freude und Sicherheit in Beruf, Familie und Alltag.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg und die Achtsamkeitspraxis nach Thich Nhat Hanh sind wirksame Ansätze, genau dies zu lernen und zu erfahren.

Das Seminar ist insbesondere auch geeignet als Weiterbildung für Fachkräfte (z.B. im therapeutischen und sozialen Bereich)

Kostenlose Schnuppertermine: Freitag, der 17. Februar 2017 von 19.00 bis 21 Uhr

Was Sie in dieser Ausbildung lernen:

- Gedankenmuster, die zu Wut und Ärger führen, erkennen, verstehen und abbauen
- Konflikte offen, klar und einfühlsam ansprechen
- achtsam und gelassen bleiben, auch in schwierigen Situationen
- Unmut und Unzufriedenheit äußern, ohne andere Menschen zu verurteilen oder zu beschuldigen
- konstruktive Lösungen entwickeln, die für alle Beteiligten akzeptabel und bereichernd sind
- mehr Tiefe und Achtsamkeit in Beziehung, Familie + Arbeit entwickeln
- eine Haltung der Liebe und Wertschätzung aufbauen - sich selbst und anderen gegenüber
- Menschen darin zu unterstützen, achtsam und respektvoll miteinander umzugehen
- durch Achtsamkeitsübungen der Fülle des Lebens zu begegnen und dies zu feiern

Zielgruppe

- Menschen, die ihre Kommunikationsfähigkeit, ihre Führungskompetenz und Teamfähigkeit ausbauen möchten
- Menschen, die in Familien, Kindergärten, Schulen oder sonstigen Institutionen ein achtsames und respektvolles Miteinander aufbauen und fördern möchten
- Menschen, die mehr Achtsamkeit, Zufriedenheit und Leichtigkeit in ihren Lebensalltag bringen möchten
- Menschen, die sich persönlich weiter entwickeln möchten und mit der Energie von Gleichgesinnten eine achtsame und friedvolle Grundhaltung stärken wollen

Veranstalter und Anmeldung

Die Ausbildung wird angeboten von der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung (Bochum) in Zusammenarbeit mit der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation (Köln). Seminarort ist Bochum.

## Inhalte der Ausbildung

## A. Grundlagen der GFK

- Trennende + verbindende Elemente der Kommunikation
- Haltung/Menschenbild der GFK
- Das Vier-Schritte-Modell
- Die Prozesse der GFK
- Die Schlüsselunterscheidungen

## B. Die Praxis der Achtsamkeit

- Wirkung und Praxis
- Achtsamkeitsübungen für den Alltag
- Achtsamkeit und Gesundheit (MBSR nach J. Kabat-Zinn)
- Schulung der inneren Haltung/des wohlwollenden Denkens
- Ruhe und Kraft durch Achtsamkeit
- Achtsamkeit und Spiritualität

## C. Wut und Unzufriedenheit als Lebenskraft nutzen

- Zugang und Annahme von Wut
- Umwandlung in Lebensenergie
- sich selbst kraftvoll schützen und ausdrücken
- Eskalation erkennen und stoppen
- Abbau von Feinbildern

## D. Konflikte achtsam und konstruktiv lösen

- Verantwortung für die eigenen Gefühle und Bedürfnisse übernehmen und den anderen ihre Verantwortung lassen
- Vorwürfe und Kritik als Chance nutzen
- konstruktives Feedback geben und erbitten
- Grenzen setzen – Nein sagen
- die Kraft der Empathie

## E. Persönlichkeitsentwicklung

- innere Kritiker wahrnehmen und nutzen
- Glaubenssätze erkennen und auflösen
- eigene Bedürfnisse erkennen und gut für sich sorgen
- heilen von alten Verletzungen
- mich selbst annehmen und lieben wie ich bin
- Sehnsüchte spüren und Zufriedenheit schaffen
- echt und authentisch sein

F. Achtsame Kommunikation weitergeben und umsetzen

- Einführungsseminare gestalten und Übungsgruppen leiten / Üben und begleiten mit dem GFK-Tanzparkett / Giraffentraum – ein Projekt zur Einführung der GFK in Kindertagesstätten und Grundschulen / Achtsame Kommunikation im Familienalltag

Das Training wird sich aus kurzen Theorieinputs und abwechslungsreichen Übungen im Plenum oder in Kleingruppen zusammensetzen. Geübt wird praxisnah mit persönlichen Anliegen und Konfliktsituationen. Die Gruppe bietet einen geschützten Raum, um sich auf aktive und spielerische Weise auszuprobieren und Neues zu wagen. Während der Ausbildung haben die Teilnehmer die Möglichkeit sich über eine Yahoo-Gruppe zu vernetzen und sich im Alltag auszutauschen und zu unterstützen.

Jeder Teilnehmer erhält ausführliche Seminarunterlagen zu den einzelnen Blöcken.

Kosten der Ausbildung und Finanzierungshilfen

Infos dazu finden Sie unter [www.bildungsscheck.com](http://www.bildungsscheck.com)

Zertifikat

Am Ende des Ausbildungslehrgangs (bei Besuch von Modul A und Modul B) erhalten Sie ein Zertifikat „Trainer für Achtsame Kommunikation“ von der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation in Zusammenarbeit mit der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung.

Auf Ihrem Weg zur Anerkennung als „Trainer für Gewaltfreie Kommunikation“ wird Ihnen diese Ausbildung vom Berufsverband Gewaltfreie Kommunikation mit 120 Seminarstunden anerkannt.

Dagmar Bellen · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**31.03.2017-03.09.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr

Termine: 31. März - 2. April, 12. - 14. Mai, 9. - 11. Juni, 7. - 9. Juli, 1. - 3. September. - Seminar / Ausbildung. 120 Uh - 1.500 € - - Nr. ABOL11675

## Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017 Modul A

Kommunikation

### Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

In Konfliktsituationen konstruktiv im Gespräch zu bleiben und gelassen zu reagieren, ist für viele Menschen ein wichtiges Ziel. Die Fähigkeit, achtsam und respektvoll zu kommunizieren, bringt Zufriedenheit, Freude und Sicherheit in Beruf, Familie und Alltag.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg und die Achtsamkeitspraxis nach Thich Nhat Hanh sind wirksame Ansätze, genau dies zu lernen und zu erfahren.

Das Seminar ist insbesondere auch geeignet als Weiterbildung für Fachkräfte (z.B. im therapeutischen und sozialen Bereich)

Kostenlose Schnuppertermine: Freitag, der 17. Februar 2017 von 19.00 bis 21 Uhr

Was Sie in dieser Ausbildung lernen:

- Gedankenmuster, die zu Wut und Ärger führen, erkennen, verstehen und abbauen
- Konflikte offen, klar und einfühlsam ansprechen

- achtsam und gelassen bleiben, auch in schwierigen Situationen
- Unmut und Unzufriedenheit äußern, ohne andere Menschen zu verurteilen oder zu beschuldigen
- konstruktive Lösungen entwickeln, die für alle Beteiligten akzeptabel und bereichernd sind
- mehr Tiefe und Achtsamkeit in Beziehung, Familie + Arbeit entwickeln
- eine Haltung der Liebe und Wertschätzung aufbauen - sich selbst und anderen gegenüber
- Menschen darin zu unterstützen, achtsam und respektvoll miteinander umzugehen
- durch Achtsamkeitsübungen der Fülle des Lebens zu begegnen und dies zu feiern

#### Zielgruppe

- Menschen, die ihre Kommunikationsfähigkeit, ihre Führungskompetenz und Teamfähigkeit ausbauen möchten
- Menschen, die in Familien, Kindergärten, Schulen oder sonstigen Institutionen ein achtsames und respektvolles Miteinander aufbauen und fördern möchten
- Menschen, die mehr Achtsamkeit, Zufriedenheit und Leichtigkeit in ihren Lebensalltag bringen möchten
- Menschen, die sich persönlich weiter entwickeln möchten und mit der Energie von Gleichgesinnten eine achtsame und friedvolle Grundhaltung stärken wollen

#### Veranstalter und Anmeldung

Die Ausbildung wird angeboten von der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung (Bochum) in Zusammenarbeit mit der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation (Köln). Seminarort ist Bochum.

#### Inhalte der Ausbildung

##### A. Grundlagen der GFK

- Trennende + verbindende Elemente der Kommunikation
- Haltung/Menschenbild der GFK
- Das Vier-Schritte-Modell
- Die Prozesse der GFK
- Die Schlüsselunterscheidungen

##### B. Die Praxis der Achtsamkeit

- Wirkung und Praxis
- Achtsamkeitsübungen für den Alltag
- Achtsamkeit und Gesundheit (MBSR nach J. Kabat-Zinn)
- Schulung der inneren Haltung/des wohlwollenden Denkens
- Ruhe und Kraft durch Achtsamkeit
- Achtsamkeit und Spiritualität

##### C. Wut und Unzufriedenheit als Lebenskraft nutzen

- Zugang und Annahme von Wut
- Umwandlung in Lebensenergie

- sich selbst kraftvoll schützen und ausdrücken
- Eskalation erkennen und stoppen
- Abbau von Feinbildern

#### D. Konflikte achtsam und konstruktiv lösen

- Verantwortung für die eigenen Gefühle und Bedürfnisse übernehmen und den anderen ihre Verantwortung lassen
- Vorwürfe und Kritik als Chance nutzen
- konstruktives Feedback geben und erbitten
- Grenzen setzen – Nein sagen
- die Kraft der Empathie

Das Training wird sich aus kurzen Theorieinputs und abwechslungsreichen Übungen im Plenum oder in Kleingruppen zusammensetzen. Geübt wird praxisnah mit persönlichen Anliegen und Konfliktsituationen. Die Gruppe bietet einen geschützten Raum, um sich auf aktive und spielerische Weise auszuprobieren und Neues zu wagen. Während der Ausbildung haben die Teilnehmer die Möglichkeit sich über eine Yahoo-Gruppe zu vernetzen und sich im Alltag auszutauschen und zu unterstützen.

Jeder Teilnehmer erhält ausführliche Seminarunterlagen zu den einzelnen Blöcken.

#### Kosten der Ausbildung und Finanzierungshilfen

Infos dazu finden Sie unter [www.bildungsscheck.com](http://www.bildungsscheck.com)

#### Zertifikat

Am Ende des Ausbildungslehrgangs (bei Besuch von Modul A und Modul B) erhalten Sie ein Zertifikat „Trainer für Achtsame Kommunikation“ von der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation in Zusammenarbeit mit der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung.

Auf Ihrem Weg zur Anerkennung als „Trainer für Gewaltfreie Kommunikation“ wird Ihnen diese Ausbildung vom Berufsverband Gewaltfreie Kommunikation mit 120 Seminarstunden anerkannt.

Dagmar Bellen · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**31.03.2017-07.07.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr

Termine: 31. März - 2. April, 12. - 14. Mai, 9. - 11. Juni, 7. Juli. - Seminar / Ausbildung. 90 Uh - 1.000 € - - Nr. ABOL11680

## Trainerausbildung Achtsame Kommunikation 2017 Modul B

Kommunikation

### Basislehrgang Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg

In Konfliktsituationen konstruktiv im Gespräch zu bleiben und gelassen zu reagieren, ist für viele Menschen ein wichtiges Ziel. Die Fähigkeit, achtsam und respektvoll zu kommunizieren, bringt Zufriedenheit, Freude und Sicherheit in Beruf, Familie und Alltag.

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) von Marshall Rosenberg und die Achtsamkeitspraxis nach Thich Nhat Hanh sind wirksame Ansätze, genau dies zu lernen und zu erfahren.

Das Seminar ist insbesondere auch geeignet als Weiterbildung für Fachkräfte (z.B. im therapeutischen und sozialen Bereich)

Kostenlose Schnuppertermine: Freitag, der 17. Februar 2017 von 19.00 bis 21 Uhr

Was Sie in dieser Ausbildung lernen:

- Gedankenmuster, die zu Wut und Ärger führen, erkennen, verstehen und abbauen
- Konflikte offen, klar und einfühlsam ansprechen
- achtsam und gelassen bleiben, auch in schwierigen Situationen
- Unmut und Unzufriedenheit äußern, ohne andere Menschen zu verurteilen oder zu beschuldigen
- konstruktive Lösungen entwickeln, die für alle Beteiligten akzeptabel und bereichernd sind
- mehr Tiefe und Achtsamkeit in Beziehung, Familie + Arbeit entwickeln
- eine Haltung der Liebe und Wertschätzung aufbauen - sich selbst und anderen gegenüber
- Menschen darin zu unterstützen, achtsam und respektvoll miteinander umzugehen
- durch Achtsamkeitsübungen der Fülle des Lebens zu begegnen und dies zu feiern

Zielgruppe

- Menschen, die ihre Kommunikationsfähigkeit, ihre Führungskompetenz und Teamfähigkeit ausbauen möchten
- Menschen, die in Familien, Kindergärten, Schulen oder sonstigen Institutionen ein achtsames und respektvolles Miteinander aufbauen und fördern möchten
- Menschen, die mehr Achtsamkeit, Zufriedenheit und Leichtigkeit in ihren Lebensalltag bringen möchten
- Menschen, die sich persönlich weiter entwickeln möchten und mit der Energie von Gleichgesinnten eine achtsame und friedvolle Grundhaltung stärken wollen

Veranstalter und Anmeldung

Die Ausbildung wird angeboten von der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung (Bochum) in Zusammenarbeit mit der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation (Köln). Seminarort ist Bochum.

Inhalte der Ausbildung

E. Persönlichkeitsentwicklung

- innere Kritiker wahrnehmen und nutzen
- Glaubenssätze erkennen und auflösen
- eigene Bedürfnisse erkennen und gut für sich sorgen
- heilen von alten Verletzungen
- mich selbst annehmen und lieben wie ich bin
- Sehnsüchte spüren und Zufriedenheit schaffen
- echt und authentisch sein

F. Achtsame Kommunikation weitergeben und umsetzen

- Einführungsseminare gestalten und Übungsgruppen leiten / Üben und begleiten mit dem GFK-Tanzparkett / Giraffentraum – ein Projekt zur Einführung der GFK in Kindertagesstätten und Grundschulen / Achtsame Kommunikation im Familienalltag

Das Training wird sich aus kurzen Theorieinputs und abwechslungsreichen Übungen im Plenum oder in Kleingruppen zusammensetzen. Geübt wird praxisnah mit persönlichen Anliegen und Konfliktsituationen. Die Gruppe bietet einen geschützten Raum, um sich auf aktive und spielerische Weise auszuprobieren und Neues zu wagen. Während der Ausbildung haben die Teilnehmer die Möglichkeit sich über eine Yahoo-Gruppe zu vernetzen und sich im Alltag auszutauschen und zu unterstützen.

Jeder Teilnehmer erhält ausführliche Seminarunterlagen zu den einzelnen Blöcken.

Kosten der Ausbildung und Finanzierungshilfen  
Infos dazu finden Sie unter [www.bildungsscheck.com](http://www.bildungsscheck.com)

Zertifikat

Am Ende des Ausbildungslehrgangs (bei Besuch von Modul A und Modul B) erhalten Sie ein Zertifikat „Trainer für Achtsame Kommunikation“ von der Akademie für friedvolle und kreative Kommunikation in Zusammenarbeit mit der Akademie der Kulturen NRW – Freie Akademie für ganzheitliche Entwicklung.

Auf Ihrem Weg zur Anerkennung als „Trainer für Gewaltfreie Kommunikation“ wird Ihnen diese Ausbildung vom Berufsverband Gewaltfreie Kommunikation mit 120 Seminarstunden anerkannt.

Dagmar Bellen · : BOLA Bildungsstätte Bochum Dahlhausen, Herbergsweg 1, 44879 BO

**08.07.2017-03.09.2017.** Termine: WE jeweils freitags und samstags 9 - 18 Uhr (mit Pausen), sonntags 9 - 14 Uhr

Termine: 8. - 9.7., 1. - 3. September. - Seminar / Ausbildung. 30 Uh - 500 € - - Nr. ABOL11681

## Traum Yoga

Körper und Geist

**Interpretation und Verständnis von Träumen aus der Sicht des Yoga und Vedanta. Lerne die Botschaften deiner Träume zu entschlüsseln, so dass du klügere Entscheidungen für dein Leben und deine Beziehungen treffen kannst. Du kannst Träume nutzen, um Zugang zu tieferen Ebenen in dir zu bekommen und so dein Leben heilen, harmonisieren und transformieren.**

Interpretation von Träumen aus der Sicht des Yoga und Vedanta. In den Yoga Sutras von Patanjali heißt es: „Durch Meditation über das Wissen, das man im Traum oder Tiefschlaf erlangt, kann man den Geist beruhigen, Konzentration erreichen und Yoga (Harmonie, Einheit) erlangen.“

- Verschiedene Bewusstseinszustände
- Wie können wir den Traumzustand zu einer Zeit yogischen Wachstums machen.
- Luzide Träume, kreative Träume und prophetische Träume als Werkzeuge des Wandels nutzen.
- Konflikte zwischen dem bewussten und unbewussten Geist auflösen und harmonisieren
- Lerne die Botschaften deiner Träume zu entschlüsseln, so dass du klügere Entscheidungen im Hinblick auf deine Lebensführung und deine Beziehungen treffen kannst.
- Finde deine eigenen einzigartigen Traumsymbole.
- Befreie dich in der Gesprächsrunde von unterdrückten Emotionen und Erinnerungen.
- Kontaktiere tiefere Ebenen in dir, die dich leiten dein Leben zu heilen, auszubalancieren und zu transformieren.

- Reise in dein tiefstes Inneres und lerne die Meister, deinen Guru oder deinen persönlichen Aspekt des Göttlichen zu kontaktieren und mache so deinen Traumzustand zu Swadhyaya (Selbststudium)
- Meditation um in deinen eigenen „Vishnu Zustand“ einzutauchen und Zeuge des Kosmischen Traums zu sein.

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 166€, MZ: 190€, DZ: 222€, EZ: 254€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11875

## Triggerpoint Massage Ausbildung

Körper und Geist

**Triggerpoints (engl. to trigger = auslösen) sind Verdickungen in tief liegenden Muskelfasern. Sie drücken auf die Schmerzfasern des Muskels und machen sie hypersensibel. In der Ausbildung lernst du das Erkennen, Aufspüren und Eliminieren muskelfaserbedingter Schmerzpunkte.**

Ungewöhnlich wirksam und außergewöhnlich vielseitig sind die Techniken der Triggerpoint Massage, die du in dieser Ausbildung lernst. Die Triggerpoint Massage hilft bei körperlichen Beschwerden, Schmerzen, Blockaden und Immobilität. Die Triggerpoint Massage, die du in dieser Ausbildung lernst, ist eine relativ neuartige, einfache Methode, mit der man sich selbst und andere von Schmerzen, Blockaden und körperlichen Einschränkungen befreien kann.

Du lernst in dieser Triggerpoint Massage Ausbildung die richtigen Punkte zu finden und das richtige Berühren bestimmter Trigger-Punkte. So kann man Blockaden mit ein bis zwei Anwendungen wesentlich verbessern oder auflösen.

In dieser Ausbildung lernst du mit gezielten Techniken sowie mit Hilfsmitteln akute wie auch chronische Störungen und Blockaden des Bewegungsapparates erfolgreich behandeln. Die Triggerpoint Massage ist eine einfache (Selbsthilfe-)Methode, die sich Erkenntnisse aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und Manuellen Therapie zunutze macht. Anders als bei der klassischen Akupressur werden in dieser Triggerpoint Massage die Punkte nicht nur an den schmerzenden Stellen gedrückt, sondern auch an Fernstellen, denn die Ursache der Schmerzentstehung (der „Triggerpoint“) liegt meist außerhalb des eigentlichen Schmerzgebietes. Sofort stellen sich fühlbare Verbesserungen ein: Stress, Schmerzen, Blockaden können sich in kürzester Zeit auflösen.

Inhalte der Ausbildung:

- Physiologie myofaszialer Triggerpunkte
- pathologische Aspekte
- Triggerpunkt-Phänomene
- spezielle Therapieansätze bei klinischen Bildern, Behandlungsabläufe und -Schemata, Indikationen und Kontraindikationen (Bitte beachte die gesetzlichen Vorschriften für die Ausübung der Heilkunde in Deutschland)
- Praktische Übungen an den Triggerpunkten des Rückens, der Beine, dem Nacken, der Schulter sowie am Kopf
- Stretch Techniken
- Arbeiten mit Hilfsmitteln

Teilnahmevoraussetzung für die Triggerpoint Massage Ausbildung: Grundkenntnisse in Anatomie und Massage hilfreich, aber nicht Bedingung. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung: Praktische Massage innerhalb der Ausbildung. Bei Bestehen der Prüfung und Teilnahme an allen Einheiten der Ausbildung erhältst du das Zertifikat „Triggerpoint Massage (BYVG)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Eric Vis Dieperink: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**12.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11802

## Übungsleiter Yoga für Jugendliche

Körper und Geist

**Für alle, die mit Jugendlichen Yoga üben wollen. Du lernst die Grundlagen des Yoga sowie eine bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen auf Jugendliche angepasst zu unterrichten.**

Lerne, Yogakurse für Jugendliche anzuleiten.

Yoga ist an einigen uns bekannten Gymnasien im Rahmen von Projektwochen die beliebteste Projektgruppe, die von den Jugendlichen mit Begeisterung angenommen wird. Wir haben regelmäßig Schulklassen im Rahmen von Projektwochen hier im Haus. Das Interesse und Bedürfnis gerade in dieser Altersgruppe ist groß. Lerne, Yoga auf die Bedürfnisse und die besondere Situation von Jugendlichen anzupassen und zu unterrichten. Besonders interessant für Lehrer/innen, Erzieher/innen, sonstige Pädagogen, Vereinstrainer, Eltern und alle, die in Yoga in ihre Arbeit mit Jugendlichen integrieren wollen, sei es in der Schule, Berufsschule, Gymnasium, in Projektgruppen, Jugendfreizeiten, im Fitnessstudio, in Yogazentren, in der Sozialarbeit etc.

Themen und Inhalte:

- Du lernst die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe
- Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf Jugendliche angepasst anzuleiten und zu korrigieren
- Besonderheiten beim Unterrichten von Jugendlichen im Allgemeinen und im Yoga-Unterricht
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und -methodik
- Mit vielen praktischen Jugendlichen-Übungsstunden
- Üben in Kleingruppen

Teilnahmebedingungen: Eigenständige Ausbildung für Nicht-Yogalehrer. Grundkenntnisse in Yoga und Meditation hilfreich. Auch geeignet als Weiterbildung für Yogalehrer, die sich besonders auf Yoga für Jugendliche spezialisieren wollen. (Einiges wird für dich Wiederholung sein.) Ca. 168 UE.

Prüfung: Die praktischen Vorstellstunden entsprechen der praktischen Prüfung. Die Ausbildung schließt mit einer schriftlichen Prüfung.

Zertifikat: Bei vollständiger Teilnahme und Bestehen der Prüfung erhältst du das Zertifikat "Jugendliche Yoga Übungsleiter (BYVG)".

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 108 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 661€, MZ: 774€, DZ: 916€, EZ: 1061€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12113

## Umgang mit Ärger und Angst

Körper und Geist

**Ärger und Angst sind zerstörerische und lähmende Emotionen. Du lernst ihren Ursprung kennen und praktizierst Techniken, um mit ihnen umzugehen bzw. sie zu überwinden. Dieser Workshop verspricht Dir keine Wunder, sondern gibt Dir solide Techniken, damit Du Dein Leben**

**selbst in die Hand nehmen kannst.**

Ärger und Angst gehören zu den zerstörerischsten und lähmendsten Emotionen. Du lernst ihren Ursprung kennen und praktizierst Techniken, um mit ihnen umzugehen bzw. sie zu überwinden. Übungen aus allen Aspekten des Yoga schließen Selbstanalyse, Einstellungsänderung, spezielle Meditationstechniken, geistige Neu-Programmierung, Affirmationen, Visualisierung, spezielle Atem- und Entspannungstechniken und mehr ein. Dieser Workshop verspricht Dir keine Wunder, sondern gibt Dir solide Techniken, damit Du Dein Leben selbst in die Hand nehmen kannst.

· Rama Schwab: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12088

**Vegan Basics****Körper und Geist**

**Dieser besonders für Neueinsteiger empfohlene Kurs beleuchtet die Gründe für eine vegane Lebensweise, liefert dir die Grundlagen zu Anatomie und Physiologie des Verdauungssystems und das Basiswissen für eine gesunde vegane Ernährung. Auch als Info und Vorbereitung für die vegane Ernährungsberater Ausbildung geeignet.**

Diese besonders für Neueinsteiger empfohlene Kurs beleuchtet die Gründe für eine vegane Lebensweise, liefert dir die Grundlagen zu Anatomie und Physiologie des Verdauungssystems und das Basiswissen für eine gesunde vegane Ernährung. Die Literaturempfehlungen ermöglichen dir dann einen tieferen Einblick in die Materie. Auch als Info und Vorbereitung für die vegane Ernährungsberater Ausbildung geeignet.

· Julia Lang: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-14.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11874

**Vegan kochen und backen****Körper und Geist**

**Du lernst verschiedenste vegane Köstlichkeiten kennen: Schnelle Gerichte für den Alltag, Desserts, Backwaren sowie vegane Varianten vertrauter Speisen und Alternativen zu Fleisch und Käse. Du erfährst, wie eine vollwertige, vegane Ernährung aufgebaut sein sollte und erhältst Tipps für den Alltag.**

Du lernst verschiedenste vegane Köstlichkeiten kennen: Schnelle Gerichte für den Alltag, Desserts, Backwaren sowie vegane Varianten vertrauter Speisen und Alternativen zu Fleisch und Käse. Du erfährst, wie eine vollwertige, vegane Ernährung aufgebaut sein sollte und erhältst Tipps für den Alltag. Eine große Zahl wissenschaftlicher Studien renommierter Institute weist darauf hin, dass wir durch eine Verminderung tierischer Bestandteile und eine Erhöhung pflanzlicher und vollwertiger Bestandteile in der Ernährung bestimmten Krankheiten, wie z.B. Herz-Kreislaufkrankungen, Osteoporose, Diabetes, Adipositas und verschiedenen Krebsarten vorbeugen und diese teilweise sogar heilen können. Immer bekannter wird auch, dass die Tierindustrie einer der bedrohlichsten Faktoren bei der Umweltbelastung ist. Viele Menschen entscheiden sich aus Mitgefühl für die Tiere für eine vegane Lebensweise. Die vegane Küche ist für viele Menschen neue Inspiration und überrascht durch die Nutzung ungewöhnlicher und vielseitiger Zutaten, von denen du vielleicht noch nie gehört hast.

· Gundi Nowak: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12173

## Vegane Ernährungsberater/in Ausbildung

Körper und Geist

**Auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse lernst du Einzelne und Gruppen bezüglich einer veganen Lebensweise zu beraten und auch auf die Bedürfnisse in besonderen Lebensphasen (Schwangerschaft, Senioren etc.) einzugehen.**

Immer mehr Menschen streben einen sattwigen, also einen reinen und ethisch verträglichen Lebensstil an und wenden sich folgerichtig der veganen Lebensweise zu. Auch aus gesundheitlichen Gründen favorisiert inzwischen eine wachsende Anzahl von Menschen eine pflanzlichen Ernährung. Auf der Basis neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse lernst du Einzelne und Gruppen diesbezüglich zu beraten und auch in besonderen Lebensphasen Sicherheit in punkto veganer Ernährung zu vermitteln.

Inhalte:

- Beratungsablauf
- Anatomie, Physiologie, Pathologie
- Gesundheitliche Aspekte, Studien
- Nährstoffe: Kategorien, Vorkommen, Funktion, Resorption
- Physische, psychische und feinstoffliche Aspekte unterschiedlicher Nahrungsmittel
- yogische und ayurvedische Ernährung - vegan, vollwertig, vital
- vegane, vollwertige Ernährung auch bei speziellen Bedürfnissen: Schwangere, Stillende, Kleinkinder, Sportler, Senioren, Kranke
- ein halber Tag Praxis in der Küche, mit Wildkräutern, Superfoods, Pesti und Rohkostkuchen

Diese Ausbildung vermittelt dir ein fundiertes Basiswissen, welches du mit Hilfe des Handouts und den darin enthaltenen weiterführenden Literaturhinweisen und Links vertiefen kannst. Außerdem erhältst du eine Powerpoint Präsentation, die du als Basis für Vorträge zur veganen Vollwerternährung nutzen kannst.

Nach Abschluss der Ausbildung kannst du:

- vegane Ernährungsberatung in Einzelsitzungen oder als Gruppencoachings und Workshops anbieten
- Vorträge zur veganen, vollwertigen Ernährung/Lebensweise an Volkshochschulen, in Betrieben, öffentlichen Einrichtungen, etc. halten

Die Ausbildung ist ebenso geeignet für Heilpraktiker, Ärzte, Therapeuten, Ernährungsberater wie für interessierte Laien.

Teilnahmevoraussetzung: Grundkenntnisse in Yoga und Meditation. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität.

Prüfung/Zertifikat: Bei vollständiger erfolgreicher Teilnahme an allen Ausbildungsteilen und Abschlussarbeit erhältst du das Zertifikat „Vegane/r Ernährungsberater/in (BYVG)“, ca. 80 Unterrichtseinheiten.

· Julia Lang: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11793

· Julia Lang: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12101

## Vegane Kochausbildung

## Körper und Geist

**Spielerisch und genussvoll lernst du die vielfältigen Möglichkeiten einer yogisch-pflanzlichen Ernährung kennen – von deftig bis Rohkost. Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der veganen Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Kai.**

Spielerisch und genussvoll lernst du die vielfältigen Möglichkeiten einer yogisch-pflanzlichen Ernährung kennen – von deftig bis Rohkost. Steige ein in die Geheimnisse und Grundprinzipien der veganen Küche! In einer bewährten Kombination aus Theorie und praktischen Kochworkshops unter der fachkundigen Anleitung von Kai. Du wirst erstaunt sein, was alles an Geschmackszauber möglich ist in der Vielfalt der veganen Küche. Alle Zutaten sind vegan und Bio - das tiefste yogische Prinzip von „Ahimsa“, Gewaltlosigkeit bleibt gewahrt. Sie ist eine klassische Grundlage der Yogapraxis und hilft dir – neben einer gesunden Ernährung – zu eigener weiterer spiritueller Entwicklung.

Im praktischen Teil bereiten wir zusammen in der Gruppe vegane Gerichte unter Berücksichtigung yogischer Grundsätze zu:

- leckere vegane Vorspeisen und Desserts
- vollwertige Hauptgerichte, gekocht und Rohkost
- mit Rezepten

Im theoretischen Teil lernst du unter anderem:

- » Die Bedeutung der veganen Ernährung
- » Die energetischen Wirkungen der verschiedenen Nahrungsmittel und Zubereitungsformen
- » Die Wirkung von Nahrungsmitteln und ihrer Zubereitung auf Körper und Geist
- » Die Sicherstellung der Versorgung des Körpers mit den nötigen Spurenelementen etc. bei veganer Kost
- » Die sinnvolle Zusammenstellung von Menüs, für die Singleküche und die ganze Familie

Der Kurs eignet sich für alle, die

- ihre Ernährung umstellen wollen
- sich eine grundlegende Kenntnis der veganen Kochkunst aneignen wollen
- vegane Kochworkshops durchführen wollen
- wie auch für ‚Hobbyköche‘ und professionelle Köche, die vegane Gerichte in ihre Angebotspalette mit aufnehmen wollen.

Teilnahmevoraussetzung: Erfahrung im Kochen. Offenheit auch für Yoga und Spiritualität. Mit Zertifikat (Ca. 60 Unterrichtseinheiten).

· Kai Treude: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**09.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11834

· Kai Treude: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**02.07.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11964

## Vinyasa Flow - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst den Vinyasa Flow Yogastil zu praktizieren und zu unterrichten. Harmonisch-fließende Asanas. Aufbau und Struktur von Vinyasa Yoga Stunden. Einsatz von Musik und Mantras im Yoga Unterricht.**

Lerne den fließenden Vinyasa Flow Yogastil selbst zu praktizieren und zu unterrichten –mit harmonisch fließenden Asana-Sequenzen. Dynamisch, aber auch gehaltene Positionen.

Vermittelt werden insbesondere:

- Grundlagenverständnis des Vinyasa-Aspektes im Yoga
- Aufbau und Struktur von Yoga-Klassen ("roter Faden")
- Einsatz von Musik und Mantras im Yogaunterricht
- Anleitung von Vinyasa Yoga
- Integration von Vinyasa Yoga in die Yoga Vidya Reihe

Getragen vom natürlichen Atemrhythmus werden Asanas auf harmonische Weise miteinander verbunden. Eine Asana gleitet ohne Unterbrechung in die nächste über, synchron begleitet von der Ein- und Ausatmung. Es entstehen fließende Sequenzen dynamischer aber auch gehaltener Asanas in Verbindung mit Pranayama, um den Fluss der Lebensenergie zu erhöhen. Die Bewegungssequenzen helfen, die eigene Kraft in Fluss zu bringen. Verschiedene Techniken sind hilfreich, um Vinyasa Flow zu erfahren: Pranayama, fließende Asanas, Klänge und begleitende Mantras auf dem Harmonium, aber auch tänzerische Elemente, um die Lebensenergie zu aktivieren und auszudrücken. Das Ziel ist die Entspannung in der Bewegung. Besonders geeignet für alle Yogalehrer, selbständig Tätige und alle, die ihr Kursangebot erweitern wollen und auch selbst neue Inspiration suchen.

· Marco Büscher: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY12047

## Von der Wurzel zur Basis - Anatomie der unteren Extremitäten und des Beckens

Körper und Geist

**Was ist der Unterschied zwischen Haltungs- und Transportpositionen? Warum ist es wichtig, mein Gewicht bewusst zu lenken? Welche Rolle spielt der Abstand meiner Beinknochen für die Aufrichtung des Körpers und wieso spüre ich bei einer Ungleichheit das Bindegewebe im**

**Rücken? Praktische, detaillierte Anatomie für dich und deinen Alltag.**

Was ist der Unterschied zwischen Haltungs- und Transportpositionen? Warum ist es wichtig, mein Gewicht bewusst zu lenken – und hier ist nicht der Zeiger auf der Waage gemeint. Welche Rolle spielt der Abstand meiner Beckenknochen für die Aufrichtung des Körpers und wieso spüre ich bei einer Ungleichheit das Bindegewebe im Rücken?

All diesen Fragen begegnen wir, während wir die anatomischen Details der unteren Extremitäten und des Beckens erforschen. Und natürlich werden wir jede Erkenntnis in der Praxis überprüfen. - Praktische detaillierte Anatomie für dich und deinen Alltag.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.04.2017-09.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11827

**Weiterbildung für Hormon Yoga Lehrer/innen****Körper und Geist****Erfahrungsaustausch, neue Anregungen für deine Arbeit mit Frauen, Klärung von Fragen, neue Übungen und Kleingruppenarbeit.**

Im Hormon Yoga wird in besonderem Maße auf die Bedürfnisse der Frauen in den verschiedenen Lebensphasen eingegangen. Mit den unterschiedlichen Übungen, gerade auch mit den von Dinah Rodrigues entwickelten Stellungen, kannst du als Hormon Yoga Lehrer/in Frauen auf ihrem Entwicklungsweg begleiten. Dabei ist ein Schwerpunkt, Wissen um die Bedeutung der verschiedenen Veränderungsphasen zu vermitteln und den spirituellen Hintergrund aufzuzeigen. Bei dieser anspruchsvollen Aufgabe sorgt ein strukturierter Erfahrungsaustausch dafür, dass du deine Teilnehmer/innen mit neuen Übungen und deren hilfreichen Wirkungen auf ihrem Weg noch besser begleiten kannst. Die Vermittlung von tieferem Hintergrundwissen zum weiblichen Weg im Yoga und zu weiblichen Vorbildern sorgt für eine Verbreiterung deiner eigenen Wissensbasis als Hormon Yoga Lehrer/in. Gerade wenn Frauen den Zugang zu ihrer eigenen Spiritualität entdecken, sind einfache Techniken hilfreich, um die Teilnehmer/innen an ihr eigenes Potential heran zu führen und Blockaden auf zu lösen. Du lernst dazu eine sehr individuelle Technik kennen, die deine Teilnehmer/innen sehr einfach erlernen und anwenden können. Mit diesem Seminar zur Weiterbildung von Hormon Yoga Lehrer/innen erweiterst du nicht nur deine Unterrichtsqualifikationen im Hormon Yoga, du vertiefst auch den Zugang zu deinen eigenen Energiequellen und wirst gestärkt aus diesem Seminar hervorgehen.

Nach der Weiterbildung für Hormon Yoga Lehrer/innen kannst du deine Hormon Yoga Kurse mit neuen Übungen und Techniken erweitern und dich mit anderen Hormon Yoga Lehrer/innen vernetzen.

Teilnahmevoraussetzung: Hormon Yoga Lehrer/in, mit qualifiziertem Abschluss

· Amba Popiel-Hoffmann, Shivapriya Große-Lohmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11934

**Weiterbildung für Yogalehrer - Flüchtlinge und traumatisierte Menschen unterrichten****Körper und Geist**

Trauma-Sensitives Yoga für Flüchtlinge kann viel zur Heilung und Integration dieser Menschen beitragen. Unterrichtsinhalte und kritische Bereiche der Arbeit mit Traumatisierten. Mit Rollenspielen und Unterrichtsbeispielen.

Trauma-sensitives Yoga für Flüchtlinge kann ein wichtiger Bestandteil zur Heilung der Betroffenen sein. Das Seminar vermittelt dir Sicherheit über die Möglichkeiten und Grenzen Trauma-sensitiven Yogaunterrichts und einen erweiterten Erfahrungshorizont.

Yoga hilft, abzuschalten, dissoziative Gefühle abzubauen und den eigenen Körper wieder als Ressource zu erleben. Gleichzeitig birgt die Arbeit am Körper auch das Risiko einer Re-Traumatisierung. Herkömmliche Unterrichtsstile mit konkreten Berührungen wie Hilfestellungen und Korrekturen müssen vor allem zu Beginn ersetzt werden durch selbst erzeugte angenehme positive Gefühle, emotionale Stärkung und Selbstwirksamkeitserfahrung.

Die Wahrnehmung des Unterrichtenden und seine Sensitivität gegenüber den Bedürfnissen und insbesondere den Grenzen der Teilnehmer/innen erfordert viel Konzentration, Geduld und Ausdauer. Gleichzeitig sollten eigene Projektionen reflektiert und transformiert werden. Anhand von Rollenspielen und Unterrichtsbeispielen behandeln wir mögliche Unterrichtsinhalte wie auch die kritischen Bereiche der Arbeit mit Traumatisierten.

· Anandini Einsiedel: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**01.01.2017-04.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 33 Uh - € - Zelt: 180€, MZ: 218€, DZ: 265€, EZ: 314€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11712

## Wissenschaftliches Arbeiten aus der Perspektive des Yoga

Körper und Geist

**Hier lernst du die Grundlagen wissenschaftlicher Arbeit, Herangehensweise und Sprache, bei gleichzeitigem Bezug zum Raja Yoga. Damit hast du einen guten Stand z.B. bei öffentlichen Institutionen, Krankenkassen usw. Du lernst z.B. die korrekte Zitierweise und bekommst hilfreiche Anleitung und Vorlagen.**

Du bist YogalehrerIn oder TeilnehmerIn einer Yogalehrerausbildung, möchtest dein Wissen und deinen Zugang zum Yoga und zur Yoga-Philosophie insbesondere im Bereich des Raja Yoga und des Jnana Yoga weiter vertiefen und du interessierst dich für wissenschaftliche Ausarbeitungen und Forschung im Bereich Yoga und Meditation. Yoga ist ein interdisziplinäres Arbeitsfeld im Kontext verwandter Wissenschaften, zum Beispiel der Sportwissenschaften, der Philosophie, der Theologie, der Physik, der Neurobiologie und der Gesundheitswissenschaften.

In diesem Seminar bekommst du eine Einführung in das wissenschaftliche Arbeiten mit dem besonderen Focus auf den Bereich Yoga. Die Raja Yoga Sutras des Weisen Patanjali enthalten ein klares Regelwerk für den Umgang mit dir und mit den anderen und eine Handlungsempfehlung für das Selbststudium und das Studium der Schriften (Svadyaya). Dabei ist es besonders wichtig, dieses Studium wahrhaftig (Satya) zu betreiben und die genutzten Quellen korrekt anzugeben (Asteya). Svadyaya bietet dir die Möglichkeit der Innenschau, dich selbst zu erfahren und diese persönliche Erfahrung mit deiner Erkenntnis der klassischen Schriften abzugleichen.

Du lernst eine wissenschaftliche Arbeit über ein Yoga-Thema von der Idee bis zur Umsetzung aufzubauen, zu strukturieren und erste Teile zu verfassen. Du erhältst hilfreiche Übungen und Vorlagen, um deine eigene Ausarbeitung zu erstellen. Dabei legst du besonderen Fokus auf eine umfassende Quellenarbeit und eine wissenschaftlich korrekte Zitierweise.

Wissenschaftliches Arbeiten im Yoga berührt eine Vielzahl von unterschiedlichen Fragestellungen und Themenbereichen.

In diesem Einführungsseminar zum wissenschaftlichen Arbeiten liegt der Schwerpunkt auf:

- Yoga als interdisziplinäres Arbeitsfeld im Kontext verwandter Wissenschaften
- Raja Yoga Sutras und andere klassische Yogaschriften als Basis für die Wissenschaft des Yoga Vidya
- Besonderheiten wissenschaftliches Arbeitens im Bereich Yoga
- Von der Idee zur Umsetzung – wie verfasse ich eine wissenschaftliche Arbeit über ein Yoga-Thema
- Übungen und Vorlagen
- Beantwortung individueller Fragen der Teilnehmenden.

Teilnahmevoraussetzung: Teilnahme an einer laufenden Yogalehrerausbildung oder abgeschlossene Yogalehrerausbildung.  
Baustein des Yoga Vidya Hochschul Zertifikatslehrgangs, aber auch offen für andere interessierte Yogalehrende.

· Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11759

· Mangala Klein: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11894

· Gudakesha Prof. Dr. Kurt Becker: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12075

· Vedamurti Dr. Olaf Schönert: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 174€, MZ: 199€, DZ: 231€, EZ: 263€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12207

## Wunderbare Kommunikation - unsere Wirbelsäule

Körper und Geist

**Ein Stapel aus Knochen – auf den ersten Blick. Ein zweiter Blick lohnt sich durchaus, denn: Wieso kippt das nicht um? Wie kann ich meine größte Energieleitung (Rückenmark) relativ gefahrlos durch diesen Kanal schicken? Warum verspannen meine Schultern, wenn ich im Hohlkreuz stehe? Gehe den Fragen auf den Grund. Mit Rückenstärkendem Yoga und einer sehr entspannenden Massage.**

Ein Stapel aus Knochen – auf den ersten Blick. Ein zweiter Blick lohnt sich durchaus, denn: Wieso kippt das nicht um? Wie kann ich meine größte Energieleitung (Rückenmark) relativ gefahrlos durch diesen Kanal schicken? Warum verspannen meine Schultern, wenn ich im Hohlkreuz stehe? All diesen Fragen gehen wir auf den Grund. Und neben Rückenstärkendem Yoga kannst du dich auf eine sehr entspannende Massage freuen.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11868

**Du lernst, die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem „Yin“-Aspekt zu verstehen. Wo „Yang“ für die Muskelstärkung steht, verkörpert „Yin“ längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. Das beugt insbesondere Gelenkproblemen vor. Durch den Einsatz von Hilfsmitteln kannst du deine optimale Position finden, in der du Körper und Geist loslassen und entspannen kannst. Energetische und emotionale Blockaden werden gelöst und deine Lebensenergie kann frei fließen.**

Yin Yoga bereichert seit einiger Zeit die Welt des Yoga. Yin Yoga ist ein Yoga Stil, der immer populärer wird. Im Yin Yoga steht mehr das sanfte statische Dehnen in bestimmten Yin Yoga Positionen im Vordergrund. In diesem Yin Yoga Seminar lernst du die Yoga Vidya Grundreihe besonders unter dem YIN-Aspekt kennen. In unserer Yoga Praxis vereinigen wir beide Elemente, Yin und Yang, ohne uns dessen vielleicht bewusst zu sein. In der Trainingslehre und im Sport überwiegt der sogenannte Yang-Anteil, d.h. das Training der Muskulatur. Die andere Seite der Medaille sind die bindegewebigen Strukturen des Körpers, Bänder, Sehnen und Faszien, die durch muskelgerechtes Training nicht gestärkt werden und daher geschützt werden müssen. Wenn wir betrachten, welche Probleme Sportler im Alter haben, so sind das keine Muskelprobleme, sondern Gelenkprobleme! Das ist zuerst erstaunlich, da der richtige Gebrauch der Muskulatur die Gelenke schützen soll und tut! Aber: Sind die Muskeln angespannt, ist das Gelenk fixiert, komprimiert, geschützt und wird nicht trainiert. Bindegewebige Strukturen, wie sie auch in Gelenken sind, reagieren nicht auf schnelle, rhythmische, kurze Reize, sondern auf langsame, sanfte, lang anhaltende Reize. Die Yoga Übungen, die das gewährleisten, werden von einigen Autoren als YIN bezeichnet. Dabei bleibt die Muskulatur entspannt, so dass der Trainingsreiz das Gelenk erreichen kann. Es ist ein sanftes in die Stellung hinein sinken anstatt ein kraftvolles bis an die Grenzen gehen. Die Yoga Stellungen werden über längere Zeit (3 - 5 Min. oder länger) ohne Anstrengung gehalten. Ein Verständnis des Yin-Aspektes hilft, diesen bewusster einzusetzen und seine Wirkung auf die Gelenke, Bänder und Faszien zu verstehen.

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.02.2017-05.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11750

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11937

· Udo Demmig: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.07.2017-16.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11978

· Arjuna Wingen: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**06.08.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12016

· Udo Demmig: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12231

## Yin Yoga - achtsam, ruhig und tief

Körper und Geist

**Yin Yoga führt uns auf unsere heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Loslassen und liebevolle Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt. Unterstützt durch Kissen und Decken werden die Positionen längere Zeit ohne Muskelaufwand auf dem Boden eingenommen, so dass das Bindegewebe und die Gelenke sanft gedehnt werden. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.**

Yin Yoga ist bekannt als das daoistische Yoga. Loslassen und Achtsamkeit stehen im Mittelpunkt.

Meditative Aspekte, Mantras und Affirmationen helfen, die Stille und Ruhe auch in den Geist zu übertragen.

Yin Yoga konzentriert sich auf Bindegewebe, Gelenke und Knochen. Es spricht also genau die Körperteile an, die die größte Nähe zu unserem physischen und energetischen Kern darstellen und welche grundlegend für unser körperliches Wohlbefinden und unsere Beweglichkeit verantwortlich sind.

Alle Positionen finden auf dem Boden statt und werden über einen längeren Zeitraum eingenommen, in der Regel 3-5 Minuten. Hilfsmittel wie Kissen und Decken unterstützen das Loslassen und sorgen für eine bequeme Haltung ohne Druck und Kraftaufwand. Die intensive Bewegungslosigkeit ermöglicht den Muskeln, auf einer immer tieferen Ebene loszulassen und erlaubt so dem Bindegewebe und den Gelenken, sich sanft zu dehnen. Dies unterstützt den freien Energiefluss durch den ganzen Körper.

Yin Yoga stellt die perfekte Ergänzung und optimalen Ausgleich zu eher Yang-lastigeren, also dynamischeren, muskelorientierten Yogastilen dar und bereichert die eigene Asana- und Meditations-Praxis auf vielen Ebenen.

Diese sanfte und trotzdem fordernde Praxis berührt tief und führt uns auf unsere ursprünglichen, heilsamen und meditativen Wurzeln zurück. Sie hilft uns, uns selbst liebevoll zu akzeptieren, genau so, wie wir sind.

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11742

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**24.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11811

· Sanja Wieland: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11895

· Sanja Wieland: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12119

## Yin Yoga - Muskeln entspannen, Faszien dehnen und loslassen

Körper und Geist

**Yin Yoga ist als Teil des Hatha Yoga bereits seit ein paar Tausend Jahren bekannt. Er wird bewusst ohne eine aktive Muskulatur ausgeführt, d. h., du lässt dich in die Positionen hineinsinken. Eine sanfte Übungspraxis, die sehr kraftvoll in ihrer Wirkung ist, insbesondere für die Dehnung der Muskulatur, der Faszien, für die Wirbelsäule, die Gelenke und das Bindegewebe. Angepasst an den Yoga Vidya Stil kannst du so eine neue Yogapraxis für dich entdecken.**

Yin Yoga, der weibliche Yoga-Weg, ist als Teil des Hatha Yoga bereits seit ein paar Tausend Jahren bekannt. Er wird bewusst ohne eine aktive Muskulatur ausgeführt, d. h., du lässt dich in die Positionen hineinsinken. Obwohl es eine sanfte Übungspraxis ist, ist sie doch sehr kraftvoll in ihrer Wirkung, insbesondere für die Dehnung der Muskulatur, der Faszien, für die Wirbelsäule, die Gelenke und das Bindegewebe. Die Übungen werden an den Yoga Vidya Stil angepasst. So kannst du mit Yin Yoga eine für dich neue Yogapraxis entdecken, die besonders die Muskeln entspannt, die Faszien dehnt und dir hilft, ganz loszulassen.

· Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**28.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12001

## Yin Yoga - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Ideal, um als Yogalehrer/in dein Wissen in Theorie und Praxis um Yin Yoga zu erweitern und in deinen Yogastunden einzusetzen. Inhalt u.a.: Verständnis des Yin-Aspektes im Yoga; funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien; Yin Yoga Asanas und ihre Wirkungen; Einsatz von Hilfsmitteln; Anpassung an die individuelle Konstitution des Schülers; Yin Yoga Stunden anleiten; Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe integrieren.**

Ideal, um als Yogalehrer/in dein Wissen in Theorie und Praxis um Yin Yoga zu erweitern und in deinen Yoga Stunden einzusetzen.

Du lernst in dieser Yogalehrer Weiterbildung

- Grundlagenverständnis des Yin Aspektes im Yoga
- Funktionelle Anatomie von Muskeln, Knochen, Faszien
- Yin Yoga Asanas und ihre Hauptwirkungen
- Yin Yoga Positionen durch geeignete Hilfsmittel an die individuelle Konstitution anzupassen
- Yin Yoga Stunden anzuleiten
- Yin Yoga in die Yoga Vidya Reihe zu integrieren

In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du, wie durch die Yin Yoga Praxis besonders die tieferen Schichten des Bindegewebes wie Faszien, Bänder, Sehnen und Gelenke passiv gedehnt, sanft beansprucht, gekräftigt und in ihrer Funktion unterstützt werden.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung wird durch die meditative Innenschau während der Asana die Achtsamkeit geschult, um körperliche und geistige Anspannungen besser wahrnehmen und loslassen zu können. Energetische Blockaden werden gelöst und die Lebensenergie wieder zum Fließen gebracht. Theorie und viel Praxis ergänzen sich sinnvoll.

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11780

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**25.06.2017-30.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11949

· Brigitta Kraus: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**08.10.2017-13.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12114

· Shanti Wade: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12223

Im Yin Yoga, dem regenerativen „weiblichen“ Yogastil, werden Sehnen, Bänder und Faszien stimuliert und gedehnt. Durch das längere meditative Halten der Stellungen gelingt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur.

Yin und Yang sind die polaren Kräfte unseres Denkens, Atmens, unserer Wahrnehmung: Yin (gebend, passiv, empfangend, regenerativ) und Yang (aktiv, aufbauend, ausweitend, Hitze erzeugend). Yang-orientiertes Yoga wirkt sich auf der körperlichen Ebene primär die Muskulatur ansprechend aus. Das Yinprinzip bezieht sich hingegen auf Sehnen, Bändern und Faszien. Sind beide Kräfte ausgeglichen in Harmonie entsteht „etwas Höheres“, das Tao, die „Perle der Weisheit“, Yoga.

Im Yoga Vidya Stil vereinen sich beide Prinzipien in idealer Weise. Im Yin Yoga hältst du die Asana meditativ, gänzlich ohne Kraft, ca. vier bis zehn Minuten. So werden Sehnen, Bänder und Faszien, optimal trainiert, stimuliert und passiv gedehnt. Durch die längere Haltedauer gelingt dir eine wirkliche Tiefenentspannung deiner Muskeln. Mit Yin Yoga verschaffst du dir Kraft und Leistungssteigerung, Beweglichkeit, Entspannung und eine gute Figur. Dein Prana (Lebensenergie) wird aktiviert und harmonisiert. Gleichzeitig ist Yin Yoga in Fluss und Stille als Ergänzung, ja, Bedingung für Yang Yoga bzw. Aktivität im Allgemeinen zu verstehen: In der Ruhe liegt die Kraft. Erschließe sie!

· Arjuna Wingen: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12009

· Arjuna Wingen: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**04.08.2017-06.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12012

· Arjuna Wingen: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.09.2017-29.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12099

· Arjuna Wingen: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 56 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12152

## Yin Yoga und Qi Gong

Körper und Geist

Übe die Yoga Vidya Grundreihe unter Yin Yoga Gesichtspunkten. Durch die weiche, passive, dehnende Ausführung im Yin Yoga kannst du tiefe Muskel- und Gewebeschichten ansprechen. Muskuläre und emotionale Blockaden können sich lösen. Ergänzt durch harmonisierende fließende Bewegungen des Qi Gong werden Yin und Yang wieder in Einklang gebracht.

Übe die Yoga Vidya Grundreihe unter Yin Yoga Gesichtspunkten. Die Yin Yoga Praxis ist eine Synthese aus Yoga, Meditation und traditionellen chinesischen Wissen. Sie ist dem Yin - dem Weiblichen, Passiven, Weichen und Empfangenden zugeordnet. Die Übungen werden vorwiegend im Sitzen und Liegen ausgeführt und länger gehalten. Unterstützt werden die Positionen durch Hilfsmittel wie Decken und Kissen. Durch das lange Halten und das Fokussieren ohne Muskelanspannung kann der Körper weit werden und die Bänder, Faszien und die Bindegewebe sich weiten und öffnen. Der Energiefluss in den Meridianen kann wieder frei fließen. Muskuläre und emotionale Blockaden können sich lösen. Ideal ergänzt werden die Yogaübungen durch einfach zu erlernende Bewegungen aus dem Qi Gong mit denen wir das Qi im Körper ausgleichen und stärken. Wir stärken nach der Yin Yoga Praxis unsere Mitte und kommen wieder auf der Erde an. Bei schönem Wetter auch draußen auf der Yoga-Plattform. Der Fokus liegt auf dem Nieren- (Element Wasser ) und dem Leber-( Feuerelement) Meridian. Eine kleine theoretische Einführung zu Meridianen ergänzt das Wochenende.

· Petra Summer: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**07.07.2017-09.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zeit: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11971

## Yin Yogalehrer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Lerne, Yin Yoga zu unterrichten. - Im Yin Yoga werden die Stellungen absolut anstrengungslos bei entspannten Muskeln gehalten. Es ist daher eine besonders „weiche“, „sanfte“ („Yin“) - gleichzeitig besonders tiefgreifende wirkungsvolle - Weise, die Yoga Vidya Grundreihe auszuführen.**

Im Yin Yoga werden die Stellungen absolut anstrengungslos bei entspannten Muskeln gehalten. Es ist daher eine besonders „weiche“, „sanfte“ (Yin) - gleichzeitig besonders tiefgreifende wirkungsvolle - Weise, die Yoga Vidya Grundreihe auszuführen. In der Yin Yoga Ausbildung erfährst du, dass Yin Yoga besonders auf die Gelenke und myofaszialen Strukturen (Bindegewebe) des Beckens, der Beine und der Wirbelsäule zielt. Ein Gefühl tiefer Entspannung stellt sich ein, Bewegungseinschränkungen werden gelöst und der Energiefluss angeregt.

Lerne in dieser Yoga Ausbildung, entspanntes Yin Yoga zu unterrichten. Die Yin Yoga Ausbildung ist geeignet für Yogalehrer. Die Yoga Vidya Grundreihe vereinigt ideal die Elemente Yin und Yang zu einer ganzheitlichen Praxis, ohne dass wir uns dessen vielleicht bewusst sind. „Yang“ steht für Muskelstärkung, „Yin“ verkörpert längeres Halten, langsame und sanfte Reize, die besonders die Gelenke, Bänder und Faszien kräftigen. In dieser Yin Yoga Ausbildung lernst du, Yoga besonders unter dem Yin-Aspekt zu verstehen und anzuleiten.

Inhalte der Yin Yogalehrer/in Ausbildung:

- Grundlagen des Yin Yoga: Yin in der Yoga Vidya Grundreihe/Praxis, Trainingslehre, Yin & Yang-Theorie
- der funktionale Ansatz in der Yogapraxis: 3 Ebenen der funktionellen Analyse, 14 Skelettsegmente, 10 Muskelgruppen
- Skelettvariationen
- Die Rolle von Kompression, Spannung und Proportionen in der Asana beim Yin Yoga
- 7 archetypischen Asanas und ihre Variationen
- Die Zielgebiete (target zones) im Yin Yoga
- Unterrichten von Yin Yoga in der Gruppe und in Einzelarbeit (Assisted Yin)
- Faszien, Energie-Theorie, Yin Yoga & Meridiane, Rebound, der regenerative Effekt von Yin Yoga
- Möglicher Aufbau verschiedener Yin-Yogastunden
- Prüfung (Ausarbeitung einer Beispielstunde mit Einführungsvortrag: „Was ist Yin Yoga?“)

Bei Bestehen der Prüfung und vollständiger Teilnahme an allen Unterrichtseinheiten erhältst du das Zertifikat „Yin Yogalehrer (BYV)“, 140

Unterrichtseinheiten.

Teilnahmevoraussetzung für die Yin Yoga Ausbildung: Yogalehrer Ausbildung.

· Maheshwara Lehner, Shakti Lehner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**09.04.2017-21.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11838

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12032

· Christian Bliedtner, Premajyoti Schumann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.11.2017-24.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 140 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 862€, MZ: 1012€, DZ: 1200€, EZ: 1396€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12180

## Yin`n Young

Körper und Geist

**Eine speziell abgestimmte Yin Yoga Praxis für alle Youngsters zwischen 16 und 25 Jahren. Hier erfährst du Asanas, Atem-, Meditations- und Entspannungstechniken aus einer anderen Perspektive. Entspanntes Halten der Stellungen ergänzt sich mit einem neuen Verständnis von Muskelaufbau.**

Eine speziell abgestimmte Yin Yoga Praxis für alle Youngsters zwischen 16 und 25 Jahren. Hier erfährst du Asanas, Atem-, Meditations- und Entspannungstechniken aus einer anderen Perspektive. Entspanntes Halten der Stellungen ergänzt sich mit einem neuen Verständnis von Muskelaufbau. Das Yin-Element ist kühl und ruhig, schult deine Geduld und Hingabe. Das Yang-Element wärmt und kräftigt dich. Zudem schult es Anteilnahme und die Fähigkeit im Umgang mit Anderen. Kein Yin ohne Yang. Kein Yang ohne Yin.

In diesem Seminar wirst du auf körperlicher und mentaler Ebene beweglicher, geschmeidiger und flexibler. Yin Yoga hilft als Ergänzungstraining bei allen Sportarten wie z. B. Fußball, American Football, Jogging usw. Es steigert die Koordinationsfähigkeit, die Gesundheit im Allgemeinen und wird bei allen Profisportarten heute ganz natürlich eingesetzt.

· Christian Bliedtner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 111€, MZ: 136€, DZ: 168€, EZ: 200€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12022

## YoBEKA-Trainer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Du lernst das praxisorientierte YoBEKA-Bildungskonzept kennen und zu unterrichten, das in vielen Schulen und Kitas angewandt wird. Unterstützt von der Senatsverwaltung für Wissenschaft u. Bildung u. Jugend und vielen anderen sozialen Trägern. Für pädagogische Fachkräfte, aber auch für Eltern und alle, die mit Kindern arbeiten.**

YoBEKA - Yoga, Bewegung, Entspannung, Konzentration und Achtsamkeit. YoBEKA - Ein ganzheitliches, handlungs- und praxisorientiertes Programm für pädagogische Fachkräfte und ihre Kinder/Schüler und Schülerinnen, aber auch geeignet für Eltern und alle, die mit Kindern arbeiten, Kinderyoga unterrichten etc.

Das Institut yobee-actve wurde 2007 gegründet und hat sich zum Ziel gesetzt, praxisorientierte und ganzheitlich orientierte, gesundheitsfördernde Bildungskonzepte fest in den Bildungsalltag zu integrieren. Dank der Senatsverwaltung für Bildung, Wissenschaft und Jugend gab es die Möglichkeit, in vielen unterschiedlichen Schulen und Kitas tätig zu sein. Hier konnte gemeinsam mit den pädagogischen Fachkräften vor Ort und dem yobee-actve Team das YoBEKA-Konzept entwickelt werden. Mittlerweile wird es in mehr als 100 Bildungsinstitutionen durchgeführt und die ersten YoBEKA-Kitas und Schulen sind entstanden und entstehen gerade.

Das Programm ist leicht umsetzbar und fördert das geistige, körperliche und seelische Wohlbefinden. Es orientiert sich stark an den Bildungsinhalten der jeweiligen Institutionen, so dass die Übungen als Ergänzung zu den üblichen Inhalten dienen. Es aktiviert unsere 7 Wahrnehmungssysteme und fördert somit das ganzheitliche Lernen. Durch Affirmationen, altersadäquate Bewegungsverse und themenspezifische Bewegungsgeschichten lernst du deinen Körper besser wahrzunehmen. Konzentrationsübungen in Form von Mudras und Fingerübungen sowie Rhythmen helfen dir und deinen Kindern und Schülern, den Fokus auf eine Sache lenken zu können. Entspannungsübungen, angepasst an das jeweilige Alter der Kinder und Schüler/Innen führen zur inneren Ruhe und ermöglichen allen Beteiligten erneut Kraft zu tanken und den Bildungsalltag in Ruhe und Gelassenheit erleben zu können.

Du lernst Achtsamkeitsrituale kennen, die das soziale Miteinander fördern, so dass ein wohlwollendes Klima untereinander entsteht und/oder weiterhin gelebt werden kann.

Zielgruppe dieser Fortbildung sind Menschen, die mit Kindern /Schülern und Schülerinnen arbeiten.

Du lernst insbesondere:

- die vielseitige Methodik und Didaktik des YoBEKA-Programms
- 2-10 minütige YoBEKA-Übungen, die du während des Bildungsalltags fest in den Alltag integrieren kannst
- die Übungen situationsgerecht und altersadäquat anzuleiten und durchzuführen, so dass eine stressfreiere Atmosphäre im Gruppen- und Klassenklima erkennbar ist
- dass Gesundheitsförderung ein Prozess ist, der bei sich selbst anfängt und viel Freude und Wohlbefinden schafft
- dass diese Freude und das Wohlbefinden auf deine Kinder und/oder Schüler/innen übertragbar ist
- dass die Übungen in fast allen alltäglichen Lebens- und Bildungssituationen durchführbar sind

Ausbildungsinhalte:

- Einführung von kindgerechten Asanas,
- Warum ist es notwendig, Bewegungs-Entspannungs-Konzentrations- und Achtsamkeitsübungen mit den Kindern/Schülern/innen durchzuführen
- Was heißt Gesundheitsförderung im Bildungsalltag
- Wie integriere ich Gesundheitsförderung nachhaltig im Bildungsalltag
- Affirmationen zur Förderung der Koordination, Gleichgewicht, Kräftigung des Körpers
- Die Aktivierung unseres Wahrnehmungssystems zur Förderung des ganzheitlichen Lernens
- Kindgerechte Entspannungsübungen zur Förderung der inneren Ruhe und Stille

- Konzentrations-Sammlungsübungen
- Achtsamkeitsrituale zur Empathieförderung

Teilnahmevoraussetzungen: Grundkenntnisse im Yoga und in der pädagogischen Arbeit wünschenswert, aber nicht Bedingung. Siehe auch unter Abschluss/Zertifikat.

Prüfung: Eigenständige Lehrprobe in Zweiergruppen.

Abschluss/Zertifikat: Einen zertifizierten YoBEKA-Trainer/innen-Schein können nur diejenigen erhalten, die nachweislich eine einjährige pädagogische Arbeit mit Kindern und mindestens eine einjährige Erfahrung im Yoga vorweisen können. – Wer diese Voraussetzungen nicht erfüllt, erhält eine Teilnahmebescheinigung über die erfolgreiche Teilnahme an der YoBEKA-Trainer/in Ausbildung. Teilnahme an allen Unterrichtseinheiten, auch an Satsang, Meditation und Yogastunden, ist Voraussetzung für die Zertifizierung. 80 Unterrichtseinheiten.

· Ilona Holterdorf: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 80 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12039

## Yoga angepasst an deinen Bewegungsapparat

Körper und Geist

**Entdecke wie die unterschiedlichen Knochenformen deine Yogapraxis beeinflussen. Erkenne die Grenzen und Möglichkeiten des Skeletts bei der Yogaübung. Wenn Menschen Asanas üben, dann fühlt sich die gleiche Asana für jeden unterschiedlich an, auch wenn es äußerlich gleich aussieht. Du lernst deine Begrenzungen und die deiner Schüler verstehen und damit umzugehen.**

Entdecke wie die unterschiedlichen Knochenformen deine Yogapraxis beeinflussen. Erkenne die Begrenzungen und Möglichkeiten des Skeletts bei der Yogaübung. Wenn Menschen Asanas üben, dann fühlt sich die gleiche Asana für jeden unterschiedlich an, auch wenn es äußerlich gleich aussieht. Du lernst die eigenen Begrenzungen und die deiner Schüler besser verstehen und damit umzugehen.

· Adinath Zöller: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11994

## Yoga bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Gerade bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen kann Yoga helfen. Lerne die Ursachen der Entstehung sowie das Beschwerdebild von Arthrose und anderen Gelenksbeschwerden kennen, um mit speziellen Yogaübungen darauf einzugehen.**

Gerade bei Arthrose und anderen Gelenkserkrankungen kann Yoga sehr viel helfen. Du lernst die Ursachen und das Krankheitsbild von Arthrose, Arthritis u.a. kennen, um so kompetent und einfühlsam deine Yogastunde auf Menschen mit diesen Beschwerden ausrichten zu können. Von Arthrose können unterschiedliche Gelenke betroffen sein, die den Teilnehmer in seiner Beweglichkeit einschränken. Dies fordert eine hohe Flexibilität im Aufbau deiner Yogastunde, um auf alle Teilnehmer individuell eingehen zu können. Du lernst besonders Asanas zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit sowie einen stufenweisen Aufbau der Asanas. Somit kannst du jeden Teilnehmer individuell, je nach seinen Einschränkungen, fördern.

· Ruzan Davtyan: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11737

## Yoga bei MS (Multiple Sklerose) - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst die Grundlagen der Erkrankung und welche Übungen besonders hilfreich sind, um die Symptome von Multipler Sklerose zu mildern. Beschreibung s.S. xx.**

Yoga hat sich gerade bei MS sehr gut bewährt und ist eine der besten Methoden, das Fortschreiten der Krankheit aufzuhalten oder zu verlangsamen. Du lernst wichtige Grundlagen der Erkrankung und welche Übungen besonders hilfreich sind, um die Symptome von Multipler Sklerose, wie Gleichgewichtsstörung, Muskelschwäche, Ermüdung zu mildern.

· Brigitte Heitz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.03.2017-19.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11806

## Yoga bei psychischen Problemen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne, mittels Yoga deine Kursteilnehmer zu tieferer Selbsterkenntnis zu führen und ihnen Zugang zu innerer Kraft zu verschaffen. Diese Weiterbildung richtet sich an Yogalehrer mit Unterrichtserfahrung ohne tiefere psychotherapeutische Vorkenntnisse. Gleichzeitig Pflichtbaustein D der Psychologischen Yogatherapie-Ausbildung.**

Menschen mit psychischen Beschwerden kannst du als Yogalehrer zu tieferer Selbsterkenntnis führen und ihnen mit Yoga Zugang zu innerer Kraft verschaffen. Diese Yoga Weiterbildung richtet sich an Yogalehrer mit Unterrichtserfahrung ohne tiefere psychotherapeutische Vorkenntnisse. Aber auch Yogalehrer und Yogalehrerinnen, die gleichzeitig Psychotherapeuten sind, können ihr "Methodenarsenal " in dieser psychologischen Yogatherapie Weiterbildung sinnvoll erweitern.

Diese Yogalehrer Weiterbildung ist Pflichtbaustein (D) der Psychologischen Yogatherapie.

Theorie dieser Yogalehrer Weiterbildung:

- Kennenlernen verschiedener Krankheitsbilder/Störungsbilder, bei denen Yoga unterstützend hilfreich sein kann
- Unterscheidung einfacher Belastungsreaktionen von Störungsbildern, die einer professionellen Behandlung bedürfen
- Juristische Fragen: Was darfst du als Yogalehrer nach dieser Weiterbildung anbieten, was darf nur ein Psychotherapeut/Psychiater?
- Tipps für die sinnvolle Zusammenarbeit mit Psychotherapeuten / Psychiatern/ Heilpraktikern

Praxis der Yogalehrer Weiterbildung in psychologischer Yogatherapie:

- Abstimmen der Yoga Stunden auf bestimmte Beschwerdebilder
- Psychische Wirkung spezifischer Asanas

- Kontraindikationen: Was gilt es in welchen Fällen abzuändern/zu meiden
- Besondere Yoga - und ayurvedische Bewegungs- und Konzentrationsübungen zur Harmonisierung und Stärkung der Psyche
- Spezielle Meditationen
- Arbeiten mit Mantras
- Einsatz von gezielten Affirmationen und Visualisationen
- Selbstreflexion durch Asanas
- Tipps für den Alltag aus Sicht des Yoga
- Tipps für Einzelberatungsgespräche für den Yogalehrer

Nach dieser Weiterbildung kannst du:

- Workshops anbieten zu Themen wie zum Beispiel "Umgang mit Ärger", "Umgang mit Ängsten", "Yoga bei depressiven Verstimmungen"
- Yoga Kurse und offene Stunden anbieten zu geistigen Wirkungen der Asanas
- Yoga zur Selbstreflexion und mit Affirmationen nutzen
- Yoga als Weg zur Selbsterkenntnis erkennen

Du kannst als Yogalehrer nach dieser Weiterbildung deine Kurse auf die Bedürfnisse der Teilnehmer abstimmen, deine normalen Yoga Stunden stärker variieren und für Teilnehmer interessanter machen. Nach dieser Yogalehrer Weiterbildung kannst du Einzelstunden zu den obigen Themen anbieten und Menschen mit diversen psychischen Problemen durch Einzelstunden und einfache Beratungsgespräche unterstützen.

· Shivakami Bretz, Ute Zöllner: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12108

## Yoga bei stressbedingten Rückenproblemen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst, speziell auf die Bedürfnisse einzugehen, die Menschen mit Rücken- und Schulterproblemen in die Yogastunde mitbringen, und Yogastunden entsprechend zu gestalten.**

Die meisten Menschen mit Rückenschmerzen haben statistisch gesehen keinen akuten Bandscheibenvorfall, sondern die Rücken- und Schulterprobleme sind oft auf Muskelverspannungen und ein durch Stress gereiztes Nervensystem zurückzuführen. Viele Betroffene geben auch selbst „Stress“ als Ursache für ihre Beschwerden an. In dieser Weiterbildung lernst du, speziell auf die Bedürfnisse einzugehen, die Menschen mit Rücken- und Schulterproblemen in die Yogastunde mitbringen, und deine Yogastunde entsprechend zu gestalten. Dabei werden neben Asanas auch spezielle Atem- und Entspannungsübungen sowie mentale Techniken eingesetzt, um die Schmerzen aufzulösen. Auch die Hintergründe werden erläutert über stressbedingte Muskelverspannungen werden erläutert.

· Pranava Heinz Pauly: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12218

## Yoga Fitness Trainer/in Ausbildung

Körper und Geist

**Willst du mit deinen Yogakursen besonders aktive Menschen ansprechen, die stärker gefordert werden wollen Mit der von Sukadev entwickelten Yoga Vidya Fitness Reihe bekommst du ein ideales Instrument für ein kraftvolles Training.**

Willst du mit deinen Yogakursen besonders aktivere Menschen ansprechen, die stärker gefordert werden wollen? Besonders jüngere, fitnessorientierte Leute vermissen manchmal im Standardyoga die schweißtreibende Herausforderung und „maskuline“ Komponente. Auch im betrieblichen Gesundheitswesen wird dieser Aspekt des sportlichen Trainings immer wichtiger. Mit der von Sukadev entwickelten Yoga Vidya Fitness Reihe bekommst du ein ideales Instrument für ein kraftvolles Training.

Lerne, die von Sukadev entwickelte Yoga Vidya Fitness Reihe systematisch anzuleiten. Du kannst sie anschließend im Rahmen deiner normalen Yogakurse anbieten, oder z.B. in Fitnessstudios, Business Yoga, im betrieblichen Alltag, spezielle fortgeschrittene Yogastunden usw.

Die Yoga Vidya Fitness Reihe berücksichtigt alle Aspekte des sportlichen Trainings:

- Pulsgesteuerte flotte Sonnengebete für das Herz-Kreislauftraining
- Variationen von Surya Namaskar und Navasana für Kraft-Training aller wichtigen Muskelpartien
- Klassische Asanas für Flexibilität und Koordination
- Tiefenentspannung

So kannst du Kurse anleiten, in denen Teilnehmer/innen innerhalb einer Stunde alle Systeme des Körpers trainieren – das effektivste Training der Welt! Und da Yoga immer auch feinstofflich wirkt, fühlen sich die Teilnehmer anschließend aufgeladen und voller Kraft, Kreativität und Inspiration.

Inhalte:

- Sportmedizinische Grundlagen: Muskelphysiologie, Stoffwechsel
- Trainingslehre: Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft-, Koordinations-, Entspannungstraining. Optimaler Trainingsreiz, Regenerationszeit, wozu ist jede Trainingsform gut, welche Gefahren gibt es?
- Unterrichtsdidaktik: Wie baust du eine Yoga Fitness-Kursreihe auf, wie korrigiert man die Teilnehmer, was gilt es zu beachten.
- Praxis in Kleingruppen.

Teilnahmevoraussetzung: Yogalehrer Ausbildung

Prüfung/Zertifikat: Praktische Unterrichtsproben im Rahmen der Ausbildung; „Yogalehrer Fitness Trainer/in“ (BYV), ca. 60 Unterrichtseinheiten

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11764

## Yoga für den Rücken - Aufrichtung und Beweglichkeit

Körper und Geist

**Spezielle Übungsfolgen mit besonderem Wert auf rückengerechte genaue Ausführung von Asanas. Du lernst Stellungen für die Analyse deiner Körperhaltung und deiner Beweglichkeit kennen und anschließend gezielte Übungen, die die Wirbelsäule aufrichten und stärken und Haltungsschäden entgegen wirken. Du lernst, Yogastellungen rückenfreundlich zu verändern oder zu ersetzen, wo hilfreich, auch mit**

**Hilfsmitteln wie Gurten, Korkklötzen oder Stühlen. Regelmäßiges Üben kann dir bei eigenen Rückenbeschwerden zur Linderung verhelfen. Als Yogalehrer/in gewinnst du neues Verständnis und Anregungen für deine Unterrichtsstunden.**

Beim Yoga für den Rücken werden Übungsfolgen eingesetzt, die der Entspannung der Rückenmuskulatur, ihrer Dehnung und ihrer Kräftigung dienen. Zudem werden Körperbereiche einbezogen, die Einfluss auf den Rücken haben, wie Bauch, Beine und Arme. Die einzunehmenden Haltungen haben keinen hohen Schwierigkeitsgrad, doch erlernst du, die Asanas genau auszuführen, was für die wohltuende Wirkung auf deinen Rücken von größter Bedeutung ist.

Manche Haltungen kannst du unter Verwendung von Hilfsmitteln wie Gurten, Korkklötzen oder Stühlen effektiver ausführen. Sie ermöglichen es auch, einige Asanas, die sonst kritisch für den Rücken sind, zu verändern oder zu ersetzen.

Du lernst bestimmte Haltungen kennen, in denen du selbst oder eine zweite Person beurteilen kann, wie der derzeitige Stand deiner Körperhaltung ist. Außerdem kannst du dabei feststellen, welcher Grad an Beweglichkeit gerade gegeben ist.

Dementsprechend kannst du während des Seminars Asanas erlernen, die die Beweglichkeit der entsprechenden Körperteile verbessern, die Wirbelsäule aufrichten und möglichen Haltungsschäden entgegenwirken.

Durch das regelmäßige Üben der erlernten Haltungen zu Hause oder in einem regelmäßigen Kurs, kannst du Linderung möglicher Beschwerden erfahren und einige vielleicht ganz beseitigen.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**10.02.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11758

· Parashakti Küttner: Yoga Vidya Nordsee

**15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

ANOY12085

## Yoga für den Rücken - bei Bandscheibenvorfall, Hexenschuss, Ischias

Körper und Geist

**Du lernst mögliche Beschwerdebilder des unteren Rückens kennen. Als Yogalehrer/in kannst du tiefes Verständnis für den Problembereich des unteren Rückens gewinnen, und Anregungen für deinen Unterricht mitnehmen.**

Worum handelt es sich bei Problematiken des unteren Rückens wie Bandscheibenvorfall, Hexenschuss oder einer Ischialgie? Im Theorieteil werden Kenntnisse über anatomische Gegebenheiten des unteren Rückens, der Wirbelsäule und des Beckens vermittelt, Unterschiede dieser Beschwerdebilder und Umgang mit ihnen in der Folge. Hierzu gibt es Tipps zum allgemeinen Verhalten im Alltag und zum Arbeiten in Yogahaltungen. Asanas können modifiziert, an das Beschwerdebild angepasst und mit Hilfsmitteln unterstützt werden. Neben muskulären Dehnungen und Kräftigungen sind Entspannungsübungen hilfreich zur Gesundung und Vorbeugung.

Wenn du selbst Yoga unterrichtest, kannst du aus diesem Seminar vieles mitnehmen, was deinen Teilnehmern und Teilnehmerinnen zugute kommen kann. Einige der hier vermittelten Grundsätze für die Asanapraxis bei Beschwerden des unteren Rückens sind auch für die normale Asanaarbeit mit beschwerdefreien Übenden grundlegend.

· Kati Tripura Voß: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.12.2017-10.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12210

## Yoga für den Rücken - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Rückengerechtes Yoga verlangt sowohl theoretisches Grundverständnis als auch Einfühlungsvermögen. Du lernst u.a die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenprobleme, die Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden und den Aufbau einer Rückenstunde.**

Yoga für den Rücken unterrichten zu können verlangt vom Yogalehrer einerseits ein theoretisches Grundverständnis für das Problem und andererseits Einfühlungsvermögen bei Rückenbeschwerden. In der Weiterbildung Yoga für den Rücken wird beides durch das praktische Anwenden und Erlernen dieser Kenntnisse vermittelt. In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du die häufigsten Ursachen und Symptome für Rückenbeschwerden. Anpassung der Yoga Vidya Reihe an spezifische Rückenbeschwerden. Unterrichten von Yoga für den Rücken. Was fördert die Prävention und evtl. Besserung/Heilung welcher Art von Rückenbeschwerden. Was ist in welcher Situation zu vermeiden. Aufbau einer Yoga Stunde für den Rücken. Gezielter Muskelaufbau und Entwicklung von Muskelkraft durch Yoga. Im Yoga für den Rücken sind Dehnübungen zur Entspannung bestimmter Muskelgruppen hilfreich.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung gehen wir auf die wichtigsten Problembilder ein: Bandscheibenvorfall, Hexenschuss, Verspannungen, Fehlstellungen der Wirbelsäule, Beschwerden in der Lendenwirbelsäule, Brustwirbelsäule, Halswirbelsäule.

· Udo Demmig: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**27.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11744

· Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12035

· Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12198

## Yoga für Kinder mit ADS/ADHS - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

Du lernst dieses Wochenende, was ADS/ADHS ist und was Yoga bewirken kann. Siehe S. xx.

Du lernst dieses Wochenende: Was ist ADS/ADHS? Wie wird ADS/ADHS festgestellt? Welche Hilfen habe ich als Kinder Yogalehrer/in? Was kann ich mit Kinderyoga für die Kinder tun? Wo sind meine Grenzen? Mit Kinderyoga Praxis, besonders abgestimmt auf Kinder mit ADS/ADHS.

· Iris Zanders: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY12120

## Yoga für Rückbildung nach Schwangerschaft - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Rückbildungsyoga hilft, Körper und Geist in der Zeit nach der Geburt zu zentrieren, den Körper sanft und schonend zu kräftigen und den Beckenboden aufzubauen. Außerdem lernst du: körperliche und seelische Situation von frischgebackenen Müttern und deinen Yogaunterricht sinnvoll darauf auszurichten.**

Wie unterrichte ich Rückbildung nach der Schwangerschaft? Einfache Yoga Übungen zur Rückbildung nach der Schwangerschaft sind ein wesentlicher Bestandteil der Yogalehrer Weiterbildung. Als Yogalehrer/in lernst du, wie du jungen Müttern mit Yoga helfen kannst, ihren Körper und Geist in der Zeit nach der Geburt zu zentrieren, den Körper sanft und schonend zu kräftigen und den Beckenboden aufzubauen. Nach der Yogalehrer Weiterbildung weißt du, dass auch andere Bereiche des Körpers, die durch den täglichen Umgang mit dem Baby besonders beansprucht werden, für die Rückbildung relevant sind.

· Susanne von Somm: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**24.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12189

## Yoga für Rücken und Darmbeingelenke

Körper und Geist

**Oft führen Verspannungen und Blockaden in den Darmbeingelenken (Iliosakralgelenke) zu Beschwerden, u.a. zum typischen Ischias-Schmerz. Hier bietet dir Yoga durch Bewegung, Entspannung und Atemarbeit eine große Hilfe um den Schmerz zu lindern und Beschwerden vorzubeugen.**

In unserem Kulturkreis sind Rückenschmerzen, vor allem im unteren Rücken, ein sehr häufiges Gesundheitsproblem. Oft führen Verspannungen und Blockaden in den Darmbeingelenken (Iliosakralgelenke) zu Beschwerden, u.a. zum typischen Ischias-Schmerz. Sie kommen nicht von ungefähr: Der Rücken des Menschen spiegelt akut und chronisch unsere einseitige, meist sitzende und bewegungsarme Lebensweise wieder. Hier bietet Yoga durch Bewegung, Entspannung und Atemarbeit eine große Hilfe um den Schmerz zu lindern. Die richtigen Yoga-Körperübungen, langsam und bewusst geübt, helfen innere Ruhe zu finden, ein muskuläres Gleichgewicht zu erreichen – so kann sich die Körperhaltung wieder verbessern und der Rücken sich aufrichten und gesunden!

· Charry Devi Ruiz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11891

## Yoga für Schwangere - Weiterbildung für Yogalehrer

Körper und Geist

**Du lernst geeignete Asana-Variationen für Schwangere auszuwählen und Atem- und Entspannungstechniken entsprechend anzuleiten. Yogische und medizinische Hintergründe und mögliche Komplikationen werden besprochen. Beschreibung s.S. xx.**

Die Schwangerschaft mit ihren Veränderungen ist für jede Frau (und ihren Partner) eine tief greifende Erfahrung und Herausforderung. Der weibliche Körper arbeitet auf Hochtouren, die hormonelle Situation beeinflusst das Gefühlsleben, die sinnliche Wahrnehmung ist extrem intensiviert. Ein angemessenes Training wie das Schwangerenyoga ist zur Verbesserung des Wohlbefindens, zur Stabilisierung der Emotionen und zur Vorbereitung auf die Geburt ideal. Du stimmst dich fachlich und menschlich auf deine Zielgruppe ein, lernst schwangerschaftsverträgliche Asana-Variationen, Atem- und Entspannungstechniken kennen und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen der Schwangerschaft, auch mit möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander.

· Susanne von Somm: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**10.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11794

## Yoga für Schwangere - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Der Yoga der Geisteskontrolle. Wir besprechen das 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali. Bei den Unterrichtstechniken lernst du: Vortragstechnik, Gruppenleitung.**

Der Yoga der Geisteskontrolle. 3. und 4. Kapitel der Yoga Sutras von Patanjali, Entwicklung der Gedankenkraft, Meditationserfahrungen, übernatürliche Kräfte, Hilfe aus dem Inneren - Kontakt mit dem eigenen Selbst, Entwicklung der Intuition, Yoga und westliche Psychologie, Psychotherapie und Yoga. Unterrichtstechniken: Vortragstechnik, Gruppenleitung.

· N.N.: Yoga Vidya Nordsee

**20.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11734

**Hier lernst du, deinen Yoga-Unterricht fasziengerecht anzupassen, d.h., besonders das muskuläre Bindegewebe zu trainieren. Mit praktischen Beispielstunden, Übungsabfolgen und wissenschaftlichen Erkenntnissen aus der Fasziensforschung. Ideal auch als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken.**

In der Faszien Trainer Ausbildung lernst du, wie eine spezifische Faszien Yoga Praxis aussehen kann. Dazu soll dein Yoga Unterricht mit speziellen

Faszien Yoga Übungsfolgen (Asanas) an die Yoga Vidya Reihe angepasst werden. In dieser Faszien Trainer Ausbildung erfährst du, dass Faszien Yoga ideal als Prophylaxe vor Sportverletzungen und für einen starken, schmerzfreien Rücken ist. Du lernst in dieser Faszien Trainer Ausbildung, dass Faszien, das muskuläre Bindegewebe, an jeder Bewegung beteiligt sind. Ein gut trainiertes Bindegewebe ist elastisch und zugleich reißfest und kräftig. Sind die Faszien nicht "verfilzt" bleiben wir beweglich und geschmeidig. Daher lohnt es sich, den Schwerpunkt der Yoga Praxis öfter auf die Faszien zu legen. Genau das lernst du in dieser Faszien Trainer Ausbildung bei Yoga Vidya. Spannende wissenschaftliche Erkenntnisse in Theorie und Praxis fließen mit ein.

Du lernst in der Faszien Trainer Ausbildung:

- deinen Yoga Unterricht fasziengerecht(er) zu gestalten
- sinnvolles Faszientraining
- Faszien Yoga Beispielstunden
- Konzeption von Yoga Vidya Faszien Yoga Stunden

Themen der Faszien Trainer Ausbildung:

- Neue Erkenntnisse aus der Faszien Forschung
- Wie wird Bindegewebe kräftig und belastbar?
- Wie bleibt Bindegewebe bis ins Alter geschmeidig und elastisch?
- Faszien als unser größtes Sinnesorgan
- das neue Modell vom Körpernetzwerk („Tensegrity“)
- die 4 Teile des myofaszialen Trainings: Beleben-Dehnen-Federn-Spüren
- praktisches Üben und Erleben der vier Teile des Faszien Yoga
- fasziengerechte Variationen und Abwandlung der Yoga Vidya Grundreihe
- sinnvolle Übungsabläufe des Faszien Yoga und Integrationsmöglichkeiten in deinen Yoga Unterricht

Teilnahmevoraussetzung für die Faszien Trainer Ausbildung bei Yoga Vidya: Yogalehrer Ausbildung und systematische eigene Yoga Praxis. Keine akuten Beschwerden. Bitte Tennisball und evtl. eine Faszienrolle mitbringen.

Prüfung/Abschluss/Zertifikat der Faszien Trainer Ausbildung: Schriftliche Dokumentation und praktische Ausarbeitung einer kurzen Faszien Yoga Reihe. Zertifikat „Faszien Yoga Trainer/in (BYV)“. Ca. 60 Unterrichtseinheiten.

· Brigitta Kraus: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 393€, MZ: 456€, DZ: 535€, EZ: 616€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11733

---

### **Lerne, spezielle Yogakurse für Schwangere kompetent zu unterrichten. Inhalte**

Lerne, spezielle Yogakurse für Schwangere zu unterrichten. Inhalte: Innere und äußere Veränderungen in der Schwangerschaft und wie diese durch Yoga harmonisiert und unterstützt werden können. Besonderheiten in den einzelnen Schwangerschaftsphasen. Aufbau der Yogastunde. Asana zur Wirbelsäulenstreckung, Rückenstärkung und Beckenöffnung. Spezielle Atemtechniken und Konzentrationshilfen. Mutter-Kind-Meditation. Mit Tipps aus

der Hebammensprechstunde und einer Beispielyogastunde für Schwangere.

· Susanne von Somm: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.01.2017-15.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11726

· Susanne von Somm: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12086

## Yoga für Senioren - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Hier erlernen Yogalehrer wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Beschreibung s. S. xx.**

Du lernst viel über die körperlichen, geistigen und seelischen Veränderungen des älteren Menschen, um mit Einfühlungsvermögen und Verständnis deinen Yogaunterricht zu gestalten. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen kennen, um den älteren Menschen auf die Asanas vorzubereiten. Im Vordergrund stehen dabei Bewegungsübungen/ Asanas zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und das bewusste Erleben von An- und Entspannung. Im gegenseitigen Austausch werden wir Stundenkonzepte erarbeiten, um mit viel Liebe und Aufmerksamkeit die physische wie psychische Leistungsfähigkeit des älteren Menschen zu verbessern. Aufbau und Inhalt von Yogastunden und längeren Kursen für Senioren.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**19.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11892

**Hier erlernen Yogalehrer, wie man am besten Yogaunterricht für Senioren gestaltet. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen für ältere Menschen kennen. Siehe S. xx.**

Du lernst viel über die körperlichen, geistigen und seelischen Veränderungen des älteren Menschen, um mit Einfühlungsvermögen und Verständnis deinen Yogaunterricht zu gestalten. Neben dem theoretischen Hintergrundwissen lernst du viele praktische Übungen kennen, um den älteren Menschen auf die Asanas vorzubereiten. Im Vordergrund stehen dabei Bewegungsübungen/ Asanas zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und das bewusste Erleben von An- und Entspannung. Im gegenseitigen Austausch werden wir Stundenkonzepte erarbeiten, um mit viel Liebe und Aufmerksamkeit die physische wie psychische Leistungsfähigkeit des älteren Menschen zu verbessern. Aufbau und Inhalt von Yogastunden und längeren Kursen für Senioren.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.05.2017-07.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11865

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-20.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12034

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.12.2017-03.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12196

## Yoga fürs Herz nach Dr. Dean Ornish

Körper und Geist

**Yogatherapie bei Herzkrankheiten und Arteriosklerose. Du lernst, gezielt Herzranke zu unterrichten und ihnen die Grundzüge des erfolgreichen, wissenschaftlich erprobten Ornish-Programms kompetent beizubringen.**

Yogatherapie bei Herzkrankheiten und Arteriosklerose. Du lernst, gezielt Herzranke zu unterrichten und ihnen die Grundzüge des erfolgreichen, wissenschaftlich erprobten Ornish-Programms kompetent beizubringen. Mit Hilfe dieses Behandlungsverfahrens ist es möglich, selbst hochgradige Verengungen der Herzkranzgefäße ohne Operation oder Medikamente wieder zu öffnen. Es ist ein yogisches Herzprogramm zur "Öffnung des Herzens" auf körperlicher und seelischer Ebene. Der Erfolg der Ornish-Herztherapie beruht wesentlich auf der Veränderung des gesamten Lebensstils. Durch den hohen Praxisanteil erfährst du diese Lebensstil-Therapie aus der Perspektive des Herzpatienten, d.h., du praktizierst alle Behandlungsmethoden selbst. Sie umfassen: a) Herz-Yoga-Programm mit speziell zusammen gestellten Yoga-techniken b) Entspannungsübungen c) Stressmanagement-Techiken d) diätische Vorgaben mit streng vegetarischer Ernährung e) tägliches körperliches Ausdauertraining f) Gruppengespräche unter psychologischer Leitung für die innere Wandlung hin zu mehr Aufmerksamkeit und Mitgefühl. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf dem "Herz-Yoga"-Programm. Du lernst den Aufbau der Übungen, der Atmung und Meditation im "Herz Yoga" kennen und erfährst, welche Aspekte beim Unterricht mit Herzranke besonders beachtet werden müssen. Daneben wird unverzichtbares theoretisches und praktisches Wissen auf den Gebieten der Medizin, Psychologie und Ernährung vermittelt.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllt sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichtseinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichtseinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Lutz Hertel, Claudia Persche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 602€, MZ: 689€, DZ: 800€, EZ: 913€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12037

## Yoga Grundbaustein der Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe

Körper und Geist

**Wenn du einen medizinischen Grundberuf hast und Yogatherapie anwenden willst, kannst du dir mit der ‚Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe‘ in mehreren Bausteinen die nötigen Kenntnisse dafür erwerben. Beschreibung s.S. xx.**

Wenn du einen medizinischen Grundberuf hast und Yogatherapie anwenden willst, kannst du dir mit der ‚Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe‘ in mehreren Bausteinen die nötigen Kenntnisse dafür erwerben. In diesem Yoga Grundbaustein lernst du:

- Die Grundlagen des Yoga, insbesondere eine bestimmte, bewährte traditionelle Abfolge von Yogaübungen, die Yoga Vidya Grundreihe
- Du lernst diese Übungen korrekt selbst auszuführen, auf verschiedene Zielgruppen angepasst anzuleiten und zu korrigieren
- Gründliche Unterrichtsdidaktik und –methodik
- Praktische Unterrichtserfahrung in Kleingruppen
- Besonderheiten beim Unterrichten von Yoga und Yogatherapie
- Chancen und Grenzen von Yogatherapie
- Prinzipien des Yoga Unterrichts bei Beschwerden
- Einführung in die Philosophie des Yoga
- Yoga als ganzheitliches System der Gesunderhaltung, Prävention und Heilung

Für Angehörige medizinischer Berufe, die nicht Yogalehrer sind und Yogatherapeuten werden wollen, um Yogatherapie in ihre Arbeit zu integrieren.  
 Teilnahmevoraussetzung: Für Ärzte, Heilpraktiker, Physiotherapeuten, Krankenschwestern, Krankenpfleger und andere medizinische Berufe mit vergleichbaren anatomischen, physiologischen und Krankheitsbilder-Kenntnissen.

Die Yogatherapie Ausbildung für medizinische Berufe setzt sich zusammen aus A) diesem Yoga Grundbaustein, B) wahlweise der Entspannungskursleiter-, Atemkursleiter- oder Spirituelle Lebensberater Ausbildung als 2. Baustein und C) dem Yogatherapie Baustein für medizinische Grundberufe. Nach erfolgreicher Teilnahme und Abschluss dieser 3 Bausteine erhältst du das Zertifikat „Yogatherapeut/in BYAT“ des Berufsverbands der Yoga und Ayurveda Therapeuten (BYAT). Insgesamt mind. 500 UE. Prüfung/Abschluss dieses Yoga-Grundbausteins: Praktische Prüfung im Rahmen der Unterrichtsproben. Schriftliche Abschlussprüfung. Teilnahmebescheinigung. Ca. 200 UE. (Zertifikat nach Abschluss aller Yogatherapie Ausbildungsbausteine)

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**29.01.2017-12.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 196 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY11748

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 196 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 996€, MZ: 1171€, DZ: 1390€, EZ: 1618€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12068

## Yoga im Seniorenheim - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Menschen im Seniorenheim sind in ihrer Gesundheit und Beweglichkeit oft stark eingeschränkt. Ihr Fokus ist eher an Defiziten orientiert. Du lernst, wie du die Lebensweisheiten der Senioren für deine Yogastunde nutzen kannst, um ihre Aufmerksamkeit zurück auf die noch vorhandenen Möglichkeiten zu lenken und Freude an der Bewegung zu wecken.**

Du lernst, wie du mit viel Fingerspitzengefühl biografische Erinnerungen der Senioren und ihre Lebensweisheiten für deine Yogastunden nutzen kannst, um ihre Aufmerksamkeit zurück auf die noch vorhandenen Möglichkeiten zu lenken und Freude an der Bewegung zu wecken. Die Menschen im Seniorenheim zeigen vielfältige Einschränkungen ihrer Gesundheit und Beweglichkeit und erleben häufig einen fremdbestimmten Tagesrhythmus, der sich vor allen Dingen an den Defiziten orientiert. Die Übungen und Anregungen bieten eine willkommene Abwechslung und Bereicherung in ihrem Alltag.

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**16.06.2017-18.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11936

## Yoga mit geistig behinderten Erwachsenen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne, wie du diese Menschen schrittweise zu den Asanas hinführen und durch Hilfestellung Ängste abbauen kannst. Besonders: Sprachbarrieren überbrücken; Aufbau und Gestaltung einer Yogastunde für geistig Behinderte; einfache Übungsreihe mit Hilfsmitteln.**

Erwachsene Menschen mit geistigen Behinderungen sind sehr sensibel und auch ängstlich. Sie haben Defizite in der Motorik und in der Sprache. Du lernst wie du sie Schritt für Schritt zu den Asanas hinführst und wie du durch Hilfestellung Ängste abbaust, ihnen Selbstvertrauen und ein bewussteres Körpergefühl gibst. Du lernst insbesondere: - Vertrauen aufbauen zwischen den Behinderten und dem Kursleiter - Sprachbarrieren überbrücken - Aufbau und Gestaltung einer Yogastunde - Einfache Übungsreihe/Yogaübungen mit Hilfsmitteln wie z.B. Stuhl - welche Arten von Pranayama möglich sind - wie du einfache Visualisierungen zur Entspannung einsetzt – Stress-Situation in der Gruppe abbauen

· Jyoti Maya Hartmann: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12157

## Yoga mit Jugendlichen - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Wie erreicht man Jugendliche? Wo stehen sie im Leben? Was brauchen sie? Lasse dich inspirieren und lerne, Yoga für Jugendliche zu**

## unterrichten.

Wie erreicht man die Jugendlichen? Wo stehen sie im Leben? Was brauchen sie? In dieser Yogalehrer Weiterbildung kannst du es erfahren. Lasse dich inspirieren und lerne, Yoga für Jugendliche zu unterrichten. Erfahre in dieser Weiterbildung, welche Yoga Asanas und Übungsreihen Jugendlichen besonders gut tun, welche Yoga Techniken Jugendlichen helfen, Blockaden zu überwinden und erlerne Yoga Übungen, die das Bewusstsein wecken.

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11849

· Kavita Pippon: Yoga Vidya Nordsee

**30.06.2017-02.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ANOY11960

· Aditi Kolkmeier: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY12111

## Yoga mit Kindern - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne Yoga und Entspannungsübungen an kindliche Bedürfnisse angepasst zu unterrichten. So können sie sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben. Kinderyogakurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt. Beschreibung s. S. xx.**

Kinder sind hohen schulischen Anforderungen ausgesetzt. Durch Kinderyoga und kindgemäße Entspannungsübungen kann Stress entgegengewirkt werden. Im Kinderyoga können Kinder durch Yoga sowohl mehr Lebendigkeit als auch Ruhe und Stille in sich erleben.

Du lernst in dieser Yogalehrer Weiterbildung:

Vorbereitung und Aufbau von Kinderyoga Stunden, Yoga an kindliche Bedürfnisse anzupassen und zu unterrichten. Kinderyoga Kurse sind besonders an Grundschulen sehr gefragt, ebenso im privaten Kinder Unterricht.

· Aditi Kolkmeier: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.03.2017-05.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11786

· Charry Devi Ruiz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**08.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12073

· Kavita Pippon: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**20.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12138

· Aditi Kolkmeier: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**15.12.2017-17.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12215

## Yoga Nidra - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

### Lerne die Yoga Nidra Tiefenentspannungen nach Swami Satyananda erfolgreich an deine Schüler weiterzugeben.

Yoga Nidra, der "psychische und dynamische Schlaf" stammt aus dem Tantra. Für die Unterrichtspraxis schulst du dein Bewusstsein durch Übungen und Gesprächskreise und lernst selbst mühelos, vollkommene Entspannung auf mentaler, spiritueller und emotionaler Ebene zu erfahren.

Diese Technik wirkt entspannend auf wissenschaftliche und systematische Weise. Nach der Weiterbildung wirst du dich und deine Kursteilnehmer kompetent in diese tiefe Entspannung führen können und zu mehr innerer Ausgewogenheit gekommen sein.

Unterrichtsinhalte:

Yoga Nidra Entspannungstechniken: Aufbau, Erklärungen, Anleitungen, praktische Übungen für die Unterrichtspraxis

Wie arbeitet Yoga Nidra auf der yogischen und wissenschaftliche Ebene?

Wie hält man das Bewusstsein voll aufrecht?

Wie kannst du deine Ausrichtung schärfen und dich besser konzentrieren?

Verbundenheit mit sich selbst und den Mitmenschen

Wie hält man den erarbeiteten Energielevel?

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**17.03.2017-24.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11807

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12050

· Michael Büchel: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**01.10.2017-06.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12105

## Yoga Nidra Aufbaukurs - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**In diesem Intensivseminar lernst du als Yogalehrer Yoga Nidra mit detaillierten Erklärungen, so dass du dieses uralte komplexe yogische Entspannungs- und Meditationssystem klarer verstehst. Inhalte u.a.: Wirkungen von Yoga Nidra, Nyasa, Antar Mouna, Fokussierung und Konzentration, Chidakasha Dharana Praxis. Für Yogalehrer, die fortgeschrittene Yoga Nidra-Schüler unterrichten wollen.**

In diesem Intensivseminar lernst du als Yogalehrer Yoga Nidra mit detaillierten Erklärungen, so dass du dieses uralte komplexe yogische Entspannungs- und Meditationssystem noch klarer verstehst.

Um diese Praktiken selbst später kompetent weiter geben zu können, lernst du in Praxis und Gespräch/Vortrag/Austausch

- vollkommen achtsam zu sein
- geistig, psychisch, emotional, physisch und spirituell entspannt zu sein
- anstrengungslos wirklich tief zu entspannen

Richtig praktiziert führt Yoga Nidra zur Befreiung.

Kursinhalte:

- Wie wirkt Yoga Nidra in yogischer und wissenschaftlicher Hinsicht
- Wie kann man ständig achtsam und bewusst bleiben
- Was ist Nyasa? Wie wird es im Yoga Nidra angewandt?
- Wie praktiziert man Pratyahara? Antar Mouna
- Wie fokussiert und konzentriert man sich vollständig
- Wie kann man voller Energie bleiben
- Vollkommene Entspannung erfahren
- Detaillierte Visualisierungen, z.B. von Symbolen, Om, Asanas, Schnellen Bildfolgen, Goldenes Ei, u.a.
- Chidakasha Dharana-Praxis

Dieser fortgeschrittene Yoga Nidra Kurs macht dich zum/r Meister/in im Anleiten tiefer Entspannung, Bewusstseinsweiterung und Meditation.

Gleichzeitig lernst du auch, den Geist deiner Teilnehmer schrittweise und effektiv aus diesem entspannten Zustand zurückzuführen. Für Yogalehrer, die fortgeschrittene Yoga Nidra-Schüler unterrichten wollen.

Teilnahmevoraussetzung: Yogalehrer Ausbildung und erfolgreiche Teilnahme an einem mindestens 7-tägigen Yoga Nidra-Weiterbildungs-Grundkurs.

· Dr. Nalini Sahay: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 79 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11996

## Yoga Personaltrainer Ausbildung

Körper und Geist

**Die Ausbildung befähigt dich, im klassischen Personaltraining aktiv zu werden. Statt mit Hanteln und Stoppuhr arbeitest du mit den Instrumenten des Yoga und Ayurveda. Du lernst, die richtige Methode für die individuelle Konstitution zu entwickeln und mit Yoga Entspannung oder Therapie, Kraft- oder Ausdauertraining anzubieten.**

Wenn du schon Yogalehrer bist kannst du nach dieser Yoga Personal Trainer Ausbildung als klassischer Personal Trainer aktiv werden. Statt mit Hanteln und Stoppuhr arbeitest du als Personal Trainer mit den Instrumenten des Yoga und Ayurveda.

Du lernst in dieser Yoga Ausbildung die richtige Methode, um die individuelle Konstitution zu entwickeln und mit Yoga Entspannung oder Therapie, Kraft- oder Ausdauertraining anzubieten.

Mit den ayurvedischen Grundkenntnissen kannst du in jeder Situation die richtige Methode für deinen Teilnehmer finden. Manager und Künstler sind bereit, ein individuelles Programm entsprechend zu honorieren – und Yoga ist hier gefragt!

In der Ausbildung zum Personal Trainer lernst du auch, diese Zielgruppe anzusprechen und zu unterrichten.

Inhalt/Themen der Personal Trainer Ausbildung:

- Anatomie klassisch und ayurvedisch
- Ayurveda-Basics (Konstitution)
- Trainingslehre Basics und Umsetzung mit Yoga
- Yoga als psychologische Hilfe
- Ernährungslehre
- Erstellen von Übungsplänen
- Marketing/PR zur Interessenten-Gewinnung
- rechtliche Aspekte
- Fallbeispiele, Simulationen, Workshops

Teilnahmevoraussetzungen für die Personal Trainer Ausbildung: Yogalehrer Ausbildung (egal welcher Tradition). Bitte Nachweise mit Anmeldung einreichen.

Prüfung/Zertifikat der Yoga Personal Trainer Ausbildung: Praktische Prüfung im Ausbildungssetting. Kurze schriftliche Abschlussarbeit. Bei erfolgreicher Teilnahme und Erfüllen der Teilnahmebedingungen erhältst du das Zertifikat „Yoga Personaltrainer (BYVG)“ des Berufsverbands der Yoga Vidya Gesundheitsberater, Kursleiter und Therapeuten (BYVG). Ca. 80 Unterrichtseinheiten.

· Kay Hadamietz: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**03.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 81 Uh - € - Zelt: 527€, MZ: 615€, DZ: 725€, EZ: 838€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY12163

## Yoga rund um die Geburt - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Du lernst, die Yoga Vidya-Reihe für Schwangere und Frauen in der Rückbildungszeit nach der Geburt anzupassen und zu ergänzen, sowie spezielle Atem- und Entspannungstechniken und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen von Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander.**

Diese Yogalehrer Weiterbildung richtet sich an alle Yogalehrer, die Frauen nach der Geburt mit Yoga helfen wollen, ihre alte Form wieder herzustellen. Als Yogalehrer lernst du Yoga Asanas und Variationen zur Rückbildung, Modifikationen und Hilfsmittel kennen, die helfen, den Körper zu festigen und aufzurichten, besonders Beckenbodentraining.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du spezielle Atem- und Entspannungstechniken aus dem Yoga kennen und setzt dich mit den yogischen und medizinischen Hintergründen von Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, auch mit möglichen Komplikationen und Kontraindikationen, auseinander. Dem Beckenboden werden wir in dieser Weiterbildung große Aufmerksamkeit schenken, wovon deine gesamte Yoga Praxis profitieren wird. Täglich Yoga, Meditation und Mantra-Singen.

· Susanne von Somm: Yoga Vidya Nordsee  
**30.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 331€, MZ: 400€, DZ: 486€, EZ: 575€ (inkl. VP) -  
 Nr. ANOY11905

· Susanne von Somm: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**29.10.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 81 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12154

## Yoga und Gewaltprävention für Kinder und Jugendliche - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Durch die Übungen der Gewaltprävention erfährst du, wie du Kindern die Möglichkeit gibst, sich vor dem Eintreten einer unangenehmen oder gar kritischen Situation zu überlegen: Wie verhalte ich mich? Was ist zu tun? Du wirst Spiele lernen, die darauf ausgerichtet sind, die sozialen Kompetenzen der Kinder zu verbessern, um die Eskalation von Alltagssituationen zu verhindern. Durch wiederholtes Üben, in verschiedenen Rollen, kann deeskalierendes Verhalten einstudiert werden und so zur Gewohnheit werden, dass es zur eigenen Natur wird. Leicht zu vermittelnde theoretische Hintergründe über die Entstehung und Vermeidung von Gewalt helfen, Verhaltensmuster zu verstehen und unterstützen so die eigene Fähigkeit, Gewalt zu vermeiden.**

Durch die Übungen der Gewaltprävention kannst du Kindern die Möglichkeit geben, sich vor dem Eintreten einer unangenehmen oder kritischen Situation

zu überlegen: Wie verhalte ich mich? Was ist zu tun? Du lernst Spiele lernen, die darauf ausgerichtet sind, die sozialen Kompetenzen der Kinder zu verbessern, um die Eskalation von Alltagssituationen zu verhindern. Durch wiederholtes Üben, in verschiedenen Rollen kann deeskalierendes Verhalten einstudiert werden und so zur Gewohnheit werden, dass es zur eigenen Natur wird. Theoretische Hintergründe über die Entstehung und Vermeidung von Gewalt helfen, Verhaltensmuster zu verstehen und unterstützen so die eigene Fähigkeit, Gewalt zu vermeiden.

Du lernst, mit folgenden Methoden der Gewaltprävention zu arbeiten:

1. Erfahrungstheater/Rollenspiel
2. Kampfspiele
3. Meditation
4. Entspannung und Mentaltraining
5. Yoga
6. Partneryoga
7. Spiele aus der Erlebnispädagogik
8. Vermitteln der Gewaltspirale / Gewaltkreislauf / Ratschläge für Verhalten in Konflikt und Bedrohungssituationen
9. Gespräche, Diskussionen

So wird das Kind in seiner Entwicklung zu einer gesunden Persönlichkeit unterstützt und begleitet.

· Hans-Jürgen Klee: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11774

## Yoga und Schamanisches Heilen Ausbildung Teil 1

Körper und Geist

**Lerne, die kraftvollen magischen Techniken und Rituale der Schamanen für dich selbst und Beratung anderer anzuwenden.**

**Nur zusammen mit Teil 2 möglich. Preis für beide Teile (10 Tage) zusammen. Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Rhythmusinstrument (Trommel oder Rassel).**

Eine Sehnsucht und Wunsch nach ganzheitlicher Heilung ist tief in jedem von uns verankert - und so alt wie die Menschheit selber sind auch Techniken und Rituale, die Energien wieder in ihre natürliche Ordnung bringen. Traumatische Erlebnisse führen zu einer Abspaltung von Erlebnisfähigkeiten und zur Entfremdung von eigenem Selbst sowie der gesamten Existenz. Dieses macht sich bemerkbar im Verlust von Lebenskraft, Störungen des Gemüts wie Lustlosigkeit, Depression und Antriebsarmut, kompensativen Spannungen des Energiefeldes bis hin zu körperlichen Krankheiten.

Aus yogischer, magischer und schamanischer Sicht ist das Körper-Geist-Seele-Kontinuum nicht eine festgelegte und starre Größe, sondern ein "kshetra", ein bewegliches Feld aus verschiedenen Ebenen. Dieses Feld kann der Mensch positiv beeinflussen, unterstützt und geleitet von Wesenheiten, die die sogenannte "nicht-alltägliche Wirklichkeit" regieren. Das rituelle Heilen (Ganz-machen) ist eine der zentralen Aufgaben des Schamanen.

In diesem Ausbildungslehrgang werden Zusammenhänge zwischen Yoga und Schamanismus erklärt und Grundlagen der transpersonalen Erfahrungen und der schamanischen Energiearbeit gelegt.

Praxisnah und alltagsbezogen, so dass du das Gelernte im täglichen Leben zur Eigen- und Fremdberatung anwenden kannst.

Ausbildungsinhalte:

- Seins- und Selbsterfahrung im Yoga und Schamanismus
- Trainieren und Verfeinern der energetischen Wahrnehmung

- Energieuniversum. Die Ebenen der Existenz: yogische und schamanische Kosmogonie
- Zusammenhänge zwischen Energiefeldern und Störungen/Krankheitsursachen
- Grundlagen des schamanischen Reisens
- Heilverfahren
- Finden und Bekommen des Krafttieres für persönliche Heilung
- Seelenverluste und Seelenrückholung
- Heilzeremonien
- Ritualistik und die Kraft der Erde
- Kraftobjekte und deren Verwendung
- Arbeit mit den Kräften des Himmelsrichtungen
- Heiliger Raum
- Reinigungs- und Schutztechniken
- Therapeutische Relevanz des Todes und der Wiedergeburt im yogischen und schamanischen Verständnis (Initiationen)

Da es sich um energetische Prozesse handelt, ist die praktische Auseinandersetzung mit den erlernten Techniken und ihre regelmäßige Anwendung die notwendige Voraussetzung für den Aufbaukurs. Insgesamt ca. 120 Unterrichtseinheiten (beide Teile). Mit Zertifikat. Ausbildungsgebühr für die gesamte Ausbildung (beide Teile). Nur beide Teile zusammen buchbar (Teil 2: 24.09.-29.09.17 im Westerwald. Mit der Buchung für Teil 1 bist du gleichzeitig auch für Teil 2 angemeldet). Inklusivpreis für gesamte Ausbildung (beide Teile).

Bitte mitbringen: Wetterfeste Kleidung und Rhythmusinstrument (Trommel oder Rassel).

· Maharani Fritsch de Navarrete: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**07.05.2017-12.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11872

· Maharani Fritsch de Navarrete: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**04.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 728€, MZ: 853€, DZ: 1010€, EZ: 1173€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11925

## Yoga und Übergewicht - Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Yoga hilft gut gegen Übergewicht, doch Betroffene müssen besonders ermutigt werden. Wissenschaftliche Hintergründe, geeignete Methoden. Konkrete Anleitung zum Aufbau eines Programms für Übergewichtige.**

Als Yoga-Lehrende oder –therapeut/in erhältst du in diesem Seminar konkrete Empfehlungen für

- den Aufbau eines 12-Wochen-Programms für Übergewichtige

- die Integration von Übergewichtigen in die „laufenden“ Kurse.

Als erfahrene/r Yoga Praktizierende/r mit Übergewicht lernst du, wie du deine Yoga Praxis noch besser auf deine speziellen Bedürfnisse anpassen kannst.

Rund ein Viertel der Bevölkerung ist stark übergewichtig (BMI = 30) und der Trend ist steigend. Übergewicht stellt einen wesentlichen Risikofaktor dar für Folgeerkrankungen, z.B. Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen, Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparats und Krebserkrankungen. Eine aktuelle

wissenschaftliche Studie hat gezeigt, dass der ganzheitliche Yoga in der Yoga Vidya-Tradition Übergewichtigen hilft, einen gesunden Lebensstil zu entwickeln. Neben dem Abbau von Stress und einem besseren Körpergefühl führt die regelmäßige Yoga Praxis sogar zu einer signifikanten Gewichtsabnahme. Den zahlreichen Vorteilen stehen Ängste und Barrieren der Betroffenen gegenüber: „Yoga ist nur etwas für Schlanke“, so das gängige Vorurteil.

In dieser Fortbildung für Yogalehrende lernst du insbesondere:

- Wissenschaftliche Hintergründe zu Übergewicht und Yoga
- Warum ist der ganzheitliche Yoga mit der Kombination aus Asanas, Pranayama, positivem Denken/Meditation, Entspannung und yogischer Ernährung besonders geeignet für Übergewichtige?
- Erfahrungen von Übergewichtigen mit Yoga
- Sensibilisierung für die Zielgruppe und Tipps für die Kommunikation: Welche Botschaften sind wichtig? Welche sollten vermieden werden?
- Körperwahrnehmung von Übergewichtigen
- Einsatz von Affirmationen und Achtsamkeitsübungen für eine Veränderung des Lebensstils
- Empfehlungen für Asanas, Pranayama und Meditation
- Yogische Ernährungsempfehlungen für die Zielgruppe
- Bedeutung der Atmosphäre in der Gruppe
- Tipps für ein sicheres Programm/Vermeidung von gesundheitlichen Risiken/Umgang mit Problemen

Erkenntnisse aus der medizinischen Forschung werden in deine Praxis als Yogalehrende/r gebracht. Als Methoden kommen Vorträge, Diskussionen und Gruppenübungen zum Einsatz.

· Sushila Thoms: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**24.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11773

## Yoga Vidya Bodywork - Partner Asanas. Yogalehrer Weiterbildung

Körper und Geist

**Lerne Yoga Vidya Bodywork Kurse zu unterrichten und mit Partner Asanas Abwechslung in deinen Yogaunterricht zu bringen. Viel Praxis, aber mit notwendiger Theorie aus Sportmedizin und Psychotherapie.**

Lerne, Yoga Vidya Bodywork Kurse zu unterrichten und mit Partner Asanas Abwechslung in deinen Yogaunterricht zu bringen. Du bekommst insbesondere unschätzbare Tipps zum Unterrichten von fortgeschrittenen und langjährigen Teilnehmern, die du so gezielt fordern und fördern kannst. Viel Praxis, verbunden mit der notwendigen Theorie aus Sportmedizin und Psychotherapie, so dass du gezielt auf besondere Erfahrungen eingehen kannst, da sich gerade in Partner Asanas auch auf der psychischen Ebene viel tun kann. Ohne größere Anstrengung machen Teilnehmer/innen mit Partner Asanas große Fortschritte in Flexibilität und lernen auch die fortgeschritteneren Asanas. Durch das entspannte, partnergestützte Verweilen in den Asanas können sich Blockaden lösen, die Chakras öffnen und tiefe spirituelle Erfahrungen werden möglich. Du lernst u.a., mehrwöchige Yoga Vidya Bodywork-Kurse aufzubauen, das Offene-Stunden-Programm eines Yoga Centers oder eines Fitness-Centers um Yoga Vidya Bodywork-Stunden zu erweitern, Teilnehmer gezielt auf fortgeschrittenere Stellungen hin zu trainieren und verbesserst auch für deine "normalen" Kurse dein Einfühlungsvermögen und dein Wissen um Hilfestellungen erheblich.

· Radhika Siegenbruk, Maik Piorek: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 60 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 301€, MZ: 364€, DZ: 442€, EZ: 523€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12046

## Yoga-Kongress

Körper und Geist

**Die beste Gelegenheit, Yoga in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Über 60 Referenten und Yogalehrer! Bitte Sonderbroschüre anfordern.**

Die beste Gelegenheit, Yoga in seiner ganzen Vielfalt kennen zu lernen. Über 60 Referenten und Yogalehrer! Bitte Sonderbroschüre anfordern.

· Sukadev Bretz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.11.2017-19.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 167€, MZ: 192€, DZ: 223€, EZ: 256€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12182

## Yogalehrer Ausbildung English

Körper und Geist

**Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Anerkanntes Zertifikat. Die Ausbildung ist auf Englisch ohne deutsche Übersetzung.**

Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Systematische Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat. Diese Ausbildung ist auf Englisch. Ohne deutsche Übersetzung. Der Ausbildungsleiter hat aber ein gut verständliches Englisch.

· Harilalji, Kaivalya Meike Schönknecht, Christine: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12011

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs

Körper und Geist

**Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Siehe S. xx.**

Möchtest auch du als Yogalehrer/in Menschen in Yoga, Meditation und Entspannung einführen, Kurse in Hatha Yoga geben, Asanas und Mantras erklären können, Erwachsene und Kinder unterrichten? Werde mit dieser Ausbildung in nur 4 Wochen zum Yogalehrer/zur Yogalehrerin.

Intensives 4-Wochen-Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Lerne in dieser Yogalehrer Ausbildung, Yoga Stunden für Anfänger, Mittelstufe, Fortgeschrittene und besondere Zielgruppen zu geben, Kursaufbau, Korrekturen, Anatomie, Physiologie, Entspannung, Meditation, Yoga Philosophie, Unterrichtsmethodik u.v.m. Die Yogalehrer Ausbildung schließt mit einer Prüfung ab. Mit Zertifikat.

Alle Infos zur Yogalehrer Ausbildung, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung für die Ausbildung, Prüfung, etc. unter:

[www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung)

Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit „Akademie der Kulturen NRW“ - staatlich

anerkanntes Bildungswerk.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)  
- Nr. ABMY11719

---

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.01.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)  
- Nr. ABMY11749

---

· Swami Divyananda , Melanie Sagasser: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**12.02.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11766

---

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.02.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)  
- Nr. ABMY11784

---

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**26.03.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)  
- Nr. ABMY11816

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wieme: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**23.04.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)  
- Nr. ABMY11856

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**14.05.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11887

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**28.05.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11915

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11967

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**16.07.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11992

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12010

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12069

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12134

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee

**29.10.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 373 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ANOY12156

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 400 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1933€, MZ: 2281€, DZ: 2722€, EZ: 3178€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12205

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1

Körper und Geist

### Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer-Intensivausbildung.

Hier lernst du die Grundlagen, wie man als Yogalehrer Menschen in Yoga und Meditation unterrichtet. Woche 1 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung.

Hier kannst du dann buchen, wenn du die Yogalehrer Ausbildung in einzelne Wochenblöcke aufteilen willst und sie nicht als

4-Wochen-Komplett-Ausbildung besuchen willst. Die Folgewochen, also Woche 2, 3, 4 findest du unter dem jeweiligen Seminartitel: „Yogalehrer

Ausbildung Intensivkurs Woche 2“ usw. Die 4-Wochen Intensiv am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv".

Alle Infos zur Yogalehrer Ausbildung, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter: [www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung)

Die gesamte Ausbildung in 4x1 Woche kostet MZ: 2579€, DZ 3020€, EZ 3476€ und S/Z/Womo 2231€. Bei Vorauszahlung der Gesamtsumme erhältst du

218€ Ermäßigung. Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-06.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11715

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**29.01.2017-03.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11745

· Swami Divyananda , Melanie Sagasser: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**12.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11763

· Vani Devi Beldzik, Sivanandadas Elgeti, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**26.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11779

---

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**26.03.2017-31.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11813

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**23.04.2017-28.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11853

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**14.05.2017-19.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11884

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee  
**28.05.2017-02.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11912

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**02.07.2017-07.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11963

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**16.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11986

---

· Sivanandas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**30.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12008

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.09.2017-08.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12063

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**15.10.2017-20.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12127

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee  
**29.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12151

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.12.2017-08.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 67 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12201

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2

Körper und Geist

### Woche 1 und 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

Ein Teil der Ausbildung zum Yogalehrer. Lerne, wie du Kurse in Hatha Yoga etc. geben kannst. Woche 1 und 2 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung. Hier kannst du dann buchen, wenn du die Yogalehrer Ausbildung in zwei Hälften besuchen willst und nicht als 4-Wochen-Komplett-Ausbildung. Die 4-Wochen Intensiv am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv".

Alle Infos, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter: [www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung)

Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit "Akademie der Kulturen NRW" - staatlich anerkanntes Bildungswerk.

Die gesamte Yogalehrer Ausbildung in 2x2 Wochen kostet MZ 2462€, DZ 2903€, EZ 3359€, S/Z/Womo 2114€. Bei Vorauszahlung erhältst du 108€ Ermäßigung. Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, ...: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**01.01.2017-13.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)  
 - Nr. ABMY11718

---

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**29.01.2017-10.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)  
 - Nr. ABMY11747

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**12.02.2017-24.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11765

---

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**26.02.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)  
 - Nr. ABMY11783

---

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**26.03.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)  
 - Nr. ABMY11815

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wieme: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**23.04.2017-05.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)  
 - Nr. ABMY11855

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**14.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY11886

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**28.05.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ANOY11914

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.07.2017-14.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11966

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**16.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11989

---

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**30.07.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11909

---

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12067

---

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12133

---

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee

**29.10.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ANOY12155

---

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.12.2017-15.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 165 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12204

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 2

Körper und Geist

### Woche 2 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

Lasse dich in diesem Seminar zum Yogalehrer ausbilden. Woche 2 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung. Teilnahmevoraussetzung: 1. Woche der Yogalehrer Ausbildung bereits absolviert. – Falls du die Ausbildung erst beginnen willst: Die 4-Wochen Yogalehrer Ausbildung am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv". Alle Infos, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter:

[www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung)

Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen. Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit "Akademie der Kulturen NRW" - staatlich anerkanntes Bildungswerk.

Die gesamte Ausbildung in 4x1 Woche kostet MZ 2579€, DZ 3020€, EZ 3476€ und S/Z/Womo 2231€. Bei Vorauszahlung der Gesamtsumme erhältst du 218€ Ermäßigung.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**06.01.2017-13.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11723

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.02.2017-10.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11754

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**17.02.2017-24.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11770

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11789

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**31.03.2017-07.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11820

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**28.04.2017-05.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11863

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**19.05.2017-26.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11897

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**02.06.2017-09.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11920

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.07.2017-14.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11972

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**21.07.2017-28.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11995

---

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**04.08.2017-11.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12013

---

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.09.2017-15.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12077

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.10.2017-27.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12139

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee

**03.11.2017-10.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12162

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**08.12.2017-15.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12213

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3

Körper und Geist

### Woche 3 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

Wie bringe ich als Yogalehrer meine Schüler in eine Yoga Stellung und korrigiere sie beim Yoga? In Woche 3 der Yogalehrer Ausbildung wird auch dies Thema sein. Woche 3 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung Intensiv. Teilnahmevoraussetzung: Woche 1 und 2 der Yogalehrer Ausbildung bereits absolviert. - Falls du die Ausbildung erst beginnen willst: Die 4-Wochen Yogalehrer Ausbildung am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv". Alle Infos zur Yogalehrer Ausbildung, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter: [www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung).

Die gesamte Ausbildung in 4x1 Woche kostet MZ: 2579€, DZ 3020€, EZ 3476€ und S/Z/Womo 2231€. Bei Vorauszahlung der Gesamtsumme erhältst du 218€ Ermäßigung.

Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen. Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit "Akademie der Kulturen NRW" - staatlich anerkanntes Bildungswerk.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, ...: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**13.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11729

---

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.02.2017-17.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11760

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**24.02.2017-03.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11777

---

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.03.2017-17.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11799

---

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**07.04.2017-14.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11828

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**05.05.2017-12.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11869

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**26.05.2017-02.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11904

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**09.06.2017-16.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11929

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.07.2017-21.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11979

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**28.07.2017-04.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12004

---

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.08.2017-18.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12025

---

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.09.2017-22.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12089

---

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**27.10.2017-03.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12146

---

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee

**10.11.2017-17.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12176

---

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**15.12.2017-22.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 95 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12220

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 3+4

Körper und Geist

### Woche 3 und 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

Letzter Teil der Ausbildung zum Yogalehrer im ganzheitlichen Yoga. Erfahre noch mehr über Meditation und Mantras. Woche 3 und 4 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung Intensiv. Teilnahmevoraussetzung: Woche 1 und 2 der Ausbildung bereits absolviert. - Falls du die Ausbildung erst beginnen willst: Die erste Hälfte (Woche 1 und 2) findest du unter dem Seminartitel „Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 1+2“. Die 4-Wochen Yogalehrer Ausbildung Intensiv am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv". Alle Infos, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter: [www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung).

Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen. Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit "Akademie der Kulturen NRW" - staatlich anerkanntes Bildungswerk.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**13.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11730

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11761

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**24.02.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11778

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11800

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**07.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11831

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**05.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11871

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**26.05.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY11911

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**09.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ANOY11931

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY11983

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**28.07.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP) - Nr.

AWWY12007

---

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**11.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12027

---

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12091

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**27.10.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12147

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee

**10.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ANOY12178

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 213 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 1057€, MZ: 1231€, DZ: 1452€, EZ: 1680€ (inkl. VP)

- Nr. ABMY12221

## Yogalehrer Ausbildung Intensivkurs Woche 4

Körper und Geist

### Woche 4 der 4-wöchigen YL-Intensivausbildung

Du möchtest auch Fortgeschrittene in Yoga unterrichten? In Woche 4 der Yogalehrer Ausbildung kannst du als angehender Yogalehrer auch lernen, wie man Meditationen anleitet und Hatha Yoga variiert. Woche 4 der 4-wöchigen Yogalehrer Ausbildung Intensiv. Teilnahmevoraussetzung: Woche 1, 2 und 3 der Yogalehrer Ausbildung bereits absolviert. - Falls du die Yogalehrer Ausbildung erst beginnen willst: Die 4-Wochen Intensiv am Stück findest du unter dem Seminartitel "Yogalehrer Ausbildung Intensiv". Alle Infos, Inhalte der Ausbildung, Teilnahmevoraussetzung, Prüfung, etc. unter: [www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung](http://www.yoga-vidya.de/yogalehrerausbildung).

Als berufliche Weiterbildung anerkannt. Veranstaltung der beruflichen Weiterbildung in Kooperation mit "Akademie der Kulturen NRW" - staatlich anerkanntes Bildungswerk. Als Bildungsurlaub anerkannt in Nordrhein-Westfalen.

· Vani Devi Beldzik, Ravi Ott, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**20.01.2017-29.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr.

ABMY11739

· Nirmala Erös, Katyayani Ulbricht, Ananta Duda, Chr: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11771

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**03.03.2017-12.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11791

---

· Sivanandadas Elgeti, Vani Devi Beldzik, Kaivalya M: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**17.03.2017-26.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11808

---

· Rama Schwab, Jeannine Hofmeister, Alexandra Kabisc: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11842

---

· Sivanandadas Elgeti, Nirmala Erös, Christine Wiume: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**12.05.2017-21.05.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11882

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**02.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11921

---

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**16.06.2017-25.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11939

---

· Rama Schwab, Sivanandadas Elgeti: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**21.07.2017-30.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11997

---

· Swami Divyananda: Haus Yoga Vidya, Oberlärh / Westerwald  
**04.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. AWWY12014

---

· Sivanandadas Elgeti, Katja Kedenburg, Jeannine Hof: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12041

---

· Atmamitra Mack, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**22.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12098

---

· Maheshwara Mario Illgen, Nirmala Erös, Adishakti S: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.11.2017-12.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12164

---

· Mirabai Müller: Yoga Vidya Nordsee  
**17.11.2017-26.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ANOY12184

---

· Nirmala Erös, Alexandra Kabisch, Ananta Duda: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**22.12.2017-31.12.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
Seminartag: 6-8.30h, 8.45-11.05h, (var. 12.15-13.45), 14-15.45, 16-18.10, 20-22.10//Abreisetag  
7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Ausbildung. 123 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 558€, MZ: 645€, DZ: 755€, EZ: 869€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12226

---

## Yogalehrer Intensivkurs 3-Jahres-Ausbildung

Körper und Geist

**Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.**

Die Yogalehrer Ausbildungen basieren auf den Techniken des seit Jahrhunderten erprobten klassischen, ganzheitlichen Yoga nach Swami Sivananda, die bei Bedarf durch weitere Techniken ergänzt werden. Neue Erkenntnisse aus Naturwissenschaft und Psychologie runden die Yogalehrer Ausbildung ab. Die von uns angebotenen Yogalehrer Ausbildungen sind durch den Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen (BYV) zertifiziert und allgemein anerkannt. Die Ausbildung ist ganzheitlich ausgerichtet bezieht alle für den erfolgreichen Yogaunterricht notwendigen Elemente aus Theorie und Praxis mit ein.

· Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen  
**13.01.2017-20.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12305

· Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen  
**15.01.2017-22.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12306

· Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Yogaweg 7, 32805 Horn - Bad Meinberg / Westfalen  
**20.01.2017-27.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12307

## Yogalehrer Intensivwoche 2-Jahres-Ausbildung

Körper und Geist

**Intensives Training in allen Aspekten des Yoga in Theorie und Praxis. Unterrichtsmethodik. Anerkanntes Zertifikat.**

Die Yogalehrer Ausbildungen basieren auf den Techniken des seit Jahrhunderten erprobten klassischen, ganzheitlichen Yoga nach Swami Sivananda, die bei Bedarf durch weitere Techniken ergänzt werden. Neue Erkenntnisse aus Naturwissenschaft und Psychologie runden die Yogalehrer Ausbildung ab. Die von uns angebotenen Yogalehrer Ausbildungen sind durch den Berufsverband der Yoga Vidya Lehrer/innen (BYV) zertifiziert und allgemein anerkannt. Die Ausbildung ist ganzheitlich ausgerichtet bezieht alle für den erfolgreichen Yogaunterricht notwendigen Elemente aus Theorie und Praxis mit ein.

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**10.09.2017-17.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12308

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**17.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12309

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**24.09.2017-01.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12310

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**01.10.2017-08.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12311

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**08.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12312

· N.N.: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: 7-9h, 9.15-11 14.30-16h,16.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar / Ausbildung. 87 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 0€, MZ: 0€, DZ: 0€, EZ: 0€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY12313

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A1 - Jnana Yoga und Vedanta

Körper und Geist

**Jnana Yoga und Vedanta, indische Schriften und Philosophie-Systeme, Unterrichtstechniken, Hatha Yoga, Sportmedizin, Entspannung und Stressmanagement.**

Kompakte, vielseitige Weiterbildung für Yogalehrer rund um Jnana Yoga und Vedanta.

Tauche tief ein ins Jnana Yoga und Vedanta, studiere die indischen Schriften und Philosophiesysteme.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung erwarten dich neue spannende Unterrichtstechniken für deinen Hatha Yoga Unterricht, Hatha Yoga Stunden, Vorträge zur Sportmedizin, Entspannung und Stressmanagement.

In den zehn Tagen dieser Jnana Yoga und Vedanta Yogalehrer Weiterbildung studierst du Jnana Yoga und Vedanta:

- Vedanta, die Philosophie vom "Ende des Wissens"

- Freiheit und Unsterblichkeit
- Vedanta fragt: Wer bin ich? Was ist wirklich? Was ist Glück?

Eine systematische Analyse dieser Fragen aus dem Vedanta führt dich in dieser Yogalehrer Weiterbildung zur Erkenntnis der Wahrheit: Deine wahre Natur ist reines Bewusstsein, reines Sein, Wissen und Glückseligkeit.

Darüber hinaus erwirbst du in dieser Jnana Yoga und Vedanta Yogalehrer Weiterbildung weitreichende Kenntnisse in den Hatha Yoga Unterrichtstechniken:

- Unterrichtsgestaltung
- Hatha Yoga Didaktik und
- Individuelle Korrekturen sind genauso ein großer Bestandteil der Weiterbildung zum Yogalehrer wie
- Yogatherapie
- Hatha Yoga bei speziellen Problemen
- Yoga fürs Herz (Ornish-Programm)
- Yoga für den Rücken
- Hatha Yoga bei Gelenkproblemen
- Yoga bei Atemproblemen (Asthma u. a.)
- Yoga bei psychosomatischen Beschwerden
- Yoga auch im Rollstuhl
- sanfte Variationen der Yoga Vidya Reihe für Menschen mit körperlichen Gebrechen und
- Entspannungs-Workshops

Auch die eigene Yogapraxis und der Hatha Yoga Teil kommen in dieser Yogalehrer Weiterbildung Jnana Yoga und Vedanta nicht zu kurz.

Du lernst im Hatha Yoga:

- Fortgeschrittene Techniken
- Shank Prakshalama, die vollständige Darmreinigung

Im Hatha Yoga und Sport:

- Sportmedizin
- Muskel und Skelettsystem
- Aufbau des Muskels
- Wie werden die Muskeln durch die Yoga Praxis beeinflusst?
- Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining

Im Hatha Yoga und Entspannung:

- Entspannung und Stress-Management
- Allgemeines Anpassungsprinzip
- Entspannungstechniken
- Mentales Training
- Yoga im täglichen Leben

- Krankenkassen und Yoga

Benötigte Literatur für diese Yogalehrer Weiterbildung: Yoga Vidya Lehrer Handbuch, Yoga Vidya Asana Buch.

Am Ende der Yogalehrer Weiterbildung bekommst du eine Teilnahmebescheinigung (bei vollständiger Teilnahme an allen Teilen der Yogalehrer Weiterbildung).

· Vedamurti Dr. Olaf Schönert, Kay Hadamietz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.01.2017-10.01.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11717

· Swami Saradananda: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald

**09.04.2017-18.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. AWWY11837

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A2 - Die Weisheit der Upanishaden

Körper und Geist

**Eingehende Behandlung der Upanishaden, der wichtigsten klassischen Texte des Jnana Yoga. Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Beschreibung s.S. xx.**

Die Weisheit der Upanishaden, Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates.

Jnana Yoga und Vedanta:

Eingehende Behandlung der Upanishaden, der wichtigsten klassischen Texte des Jnana Yoga. Die Upanishaden enthalten den philosophisch-metaphysischen Teil der Veden, die Grundlage für Vedanta, die Philosophie der Einheit. Eine faszinierende und mitreißende Analyse der Upanishaden behandelt die Grundfragen der menschlichen Existenz: Wer bin ich? Was ist wirklich? Was ist Glück? und führt dich zur Erkenntnis: Deine wahre Natur ist reines Bewusstsein. Diese Erkenntnis verhilft dir zur Befreiung von allen Verstrickungen des Geistes, zu einem Leben in Freiheit.

Indische Schriften und Philosophiesysteme: Die wichtigsten Yogaschriften; die 6 Darshanas; Upanishaden.

Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung; Didaktik; individuelle Korrekturen und Hilfestellungen für Anfänger und Mittelstufe.

Yoga-Therapie: Yoga bei speziellen Problemen; gegenseitiger Austausch; Yoga fürs Herz (Ornish-Programm); Yoga für den Rücken; Yoga bei Gelenkproblemen; Yoga bei Atemproblemen (Asthma u. a.); Yoga bei psychosomatischen Beschwerden. Yoga auch im Rollstuhl. Sanfte Variationen der Yoga Vidya Reihe für Menschen mit körperlichen Gebrechen. Unterrichten von Entspannungs-Workshops. Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Unterrichtspraxis.

Hatha Yoga: Erlernen von fortgeschrittenen Techniken; Shank Prakshalama, vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus.

Hatha Yoga und Sport: Sportmedizin; Muskel und Skelettsystem; Aufbau des Muskels; wie werden die Muskeln durch die Yoga-Praxis beeinflusst? Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining.

Hatha Yoga und Entspannung: Entspannung und Stressmanagement; allgemeines Anpassungsprinzip; wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkungen des Yoga; Entspannungstechniken; mentales Training, Yoga und Gesundheit; Yoga im täglichen Leben. Krankenkassen und Yoga. Benötigte Literatur: UP, YVA, YVL, BuF

· Swami Tattvarupananda, Atmamitra Mack: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**21.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY11852

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A5 - Atma Bodha - die Erkenntnis des Selbst

Körper und Geist

**Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. Es will dich direkt zur Erkenntnis der Einheit deines wahren Wesens mit allem führen, zur Überwindung der äußeren scheinbaren Gegensätze von Subjekt/Objekt, Zeit und Raum. Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Benötigte Literatur: YVL, YVA, AAP**

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. "Durch logisches Denken und Unterscheidungskraft sollte man das Wahre Selbst im Inneren trennen von falschen Vorstellungen über das Selbst, ebenso wie man das Reiskorn von der es umgebenden Hülse trennt." (Atma Bodha, Vers 16)

Mit solchen Lehrsätzen und Beispielen versucht dieses Werk, uns zu einem klaren Verständnis und zur Erkenntnis der höchsten Wahrheit zu führen: Der Erkenntnis, dass unser wahres Selbst, unser wahres Wesen, in seiner Essenz eins ist mit allem, jenseits der scheinbaren Getrenntheit und Gegensätze wie Subjekt/Objekt, Zeit und Raum, usw. "Atma Bodha" ist ein grundlegender Text des Jnana Yoga, der klassischerweise als Einführung in den Vedanta gelehrt wird. Er wird dem großen Meister und Philosophen des Advaita Vedanta, Shankara, zugeschrieben.

Ein unvergleichliches Seminar, das deine bisherigen Denkgewohnheiten revolutionieren und in Frage stellen wird, je weiter du in dieses klassische indische System der Selbstbefragung und Hinterfragung der augenscheinlich wahrnehmbaren „Realität“ einsteigst. Wir werden auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden diskutieren.

Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Benötigte Literatur: YVL, YVA, AAP

· Maheshwara Mario Illgen, Atman Shanti Hoche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12042

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv A6 - Aparoksha Anubhuti - Die direkte Verwirklichung des Selbst

Körper und Geist

**Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit anhand des Jnana Yoga Werkes „Aparoksha Anubhuti“ („Die direkte Verwirklichung des Selbst“). Mit einer metaphysischen Jnana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas des Raja Yoga.**

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit. Anhand des „Aparoksha Anubhuti“, „direkte intuitive Gotteserfahrung“, einem prägnanten genialen Werk mit 144 Sutras, entfalten wir die Lehren von Shankaracharya, dem großen Philosophen und Meister des Vedanta. „Hier wird das Mittel erläutert, durch welches Aparoksha Anubhuti, die direkte Verwirklichung, erlangt werden kann, um so die endgültige Befreiung zu erreichen...“ (Vers 2)

Ein kühnes Versprechen – auch wenn du in diesem Seminar nicht gleich die volle Selbstverwirklichung erreichst, wird die großartige Botschaft des Vedanta dein Denken, dein Verständnis deiner Selbst und der Welt revolutionieren. Du wirst inspiriert, eingefahrene Denk- und Verhaltensmuster in Frage zu stellen und zu überwinden. Die Auseinandersetzung, das Hinterfragen, das Meditieren über höchste metaphysische Wahrheiten führt dich schrittweise zu einem immer klareren Verständnis der essentiellen Einheit von allem, deiner wahren Natur als reines Sein, Wissen und Wonne.

“Aparoksha Anubhuti” gibt uns konkrete Übungen, um diese höchste Realität unmittelbar zu verstehen. Diese praktischen Meditationstechniken zeigen Shankaracharyas Jana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas des Raja Yoga – Nama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana und Samadhi – jedoch aus der Sicht des Vedanta, in einer sehr viel weiteren, metaphysischen Bedeutung als Patanjalis Raja Yoga. Ein einzigartiges Seminar für dich als ernsthafte/r spirituelle/r Aspirant/in, das dich auf der Leiter deiner spirituellen Evolution entscheidend weiter bringt.

Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden werden mit einfließen. Plus: Stress-Psychologie, sportmedizinische Trainingslehre, Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparates. Unterrichtstechniken und –didaktik: Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Individuelle Korrekturen. Anfänger, besonders: Korrekturen und Hilfestellungen. Mittelstufe: Korrekturen und Hilfestellungen. Yoga-Therapie. Yoga bei speziellen Problemen. Gegenseitiger Austausch. Yoga fürs Herz (Ornish-Programm). Yoga für den Rücken. Yoga bei Gelenkproblemen.

Yoga bei Atemproblemen (Asthma u. a.). Yoga bei psychosomatischen Beschwerden. Yoga auch im Rollstuhl. Sanfte Variationen der Yoga Vidya Reihe für Menschen mit körperlichen Gebrechen. Unterrichten von Entspannungs-Workshops.

Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Unterrichtspraxis. Hatha Yoga: Erlernen von fortgeschrittenen Techniken. Shank Prakshalama, die vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus. Hatha Yoga und Sport: Sportmedizin. Muskel und Skelettsystem. Aufbau des Muskels. Wie werden die Muskeln durch die Yoga-Praxis beeinflusst?

Yoga als Konditions-, Flexibilitäts-, Kraft- und Koordinationstraining.

Hatha-Yoga und Entspannung: Entspannung und Stress-Management. Allgemeines Anpassungsprinzip.

Wissenschaftliche Untersuchungen über die Wirkungen des Yoga. Entspannungstechniken.

Mentales Training. Yoga und Gesundheit. Yoga im täglichen Leben. Krankenkassen und Yoga.

Alternativ auch als F6 buchbar (s. Seite xx): Mit zusätzlichen Vedanta-Vorträgen (statt Stressmanagement und Trainingslehre). F6 hat auch andere Unterrichtstechniken.

Benötigte Literatur: Yoga Vidya Lehrer Handbuch, Yoga Vidya Asana Buch

· Chandra Cohen, Kay Hadamietz: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

14.07.2017-23.07.2017. Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlaftsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) -

Nr. ABMY11982

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv C - Bhagavad Gita

Körper und Geist

**Bhagavad Gita, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Hatha Yoga,. Unterrichtstechniken, Meditation, Sanskrit. Bhagavad Gita: Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag:**

Bhagavad Gita, Karma Yoga, Bhakti Yoga, Hatha Yoga,. Unterrichtstechniken, Meditation, Sanskrit. Bhagavad Gita: Rezitation, Behandlung und Interpretation dieser "höchsten Weisheitslehre". Anleitung zu gelebter Spiritualität im Alltag: Wie erkenne ich meine Lebensaufgabe? Wie entscheide ich mich? Was ist meine Pflicht? Wie finde ich meine Wesensnatur (Swarupa)? Wie kann ich meiner Wesensnatur folgen? Wie finde ich den Weg zu meinem Herzen? Karma Yoga: Handeln ohne Anhaftung. Dienen (und lehren), ohne auszubrennen. Liebe und Herzensöffnung im Alltag. Bhakti Yoga:

Mantra-Singen. Wie vertiefe ich meine Beziehung zu Gott/zum Göttlichen im Alltag? Hatha Yoga: Erlernen von fortgeschrittenen Techniken. Shank Prakshalama, die vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus. Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Gegenseitiger Austausch. Die Yoga Vidya Grundreihe: Exaktes Ausführen der Grundübungen. Individuelle Korrekturen. Genaue und ausführliche Hilfestellungen. Variationen der Yoga Vidya Grundreihe, insbesondere für Mittelstufe. Bhagavad Gita Grundsätze im Hatha Yoga Unterricht. Wie vermittele ich Yoga Philosophie im normalen Unterricht? Yoga für Schwangere. Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Yogapraxis. Meditation: Längere Meditation. Weiterführende Techniken. Sanskrit: Erlernen bzw. Üben von Devanagari, des Sanskrit Alphabets.

· Sitaram Kube, Rama Schwab: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**02.06.2017-11.06.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11922

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv D1 - Raja Yoga

Körper und Geist

**Raja Yoga (Yoga Sutras), Meditation, Unterrichtsdidaktik und -techniken, Sanskrit, Asana-Variationen, Shank Prakshalana, Kundalini Yoga.**

Möchtest du dein Wissen, das du in der Yogalehrer Ausbildung erworben hast, vertiefen? Dann ist diese 9-tägige, kompakte Yogalehrer Weiterbildung genau richtig. In dieser vielseitigen Yogalehrer Weiterbildung werden verschiedene Themen des Raja Yoga, Hatha Yoga und der Meditation behandelt.

Themenschwerpunkte dieser Yogalehrer Weiterbildung:

Die Yoga Sutras des Patanjali. Raja Yoga: Ausführliche Erläuterung der Yoga-Sutras von Patanjali, mit interessanten Anwendungsbeispielen für dein tägliches Leben und deine persönliche und spirituelle Entwicklung.

Du erfährst in dieser Weiterbildung, dass viele moderne Techniken der angewandten Psychologie, der Psycho- und Verhaltenstherapie eigentlich Raja Yoga Techniken sind, z.B. NLP.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung lernst du Meditationstechniken aus dem Raja Yoga. Unterrichtsdidaktik und -techniken: Geistige Wirkungen des Hatha Yoga. Yoga für Kinder. Yoga für Fortgeschrittene. Vortragstechnik. Gruppenleitung. Selbsterfahrung, Affirmationen, Visualisierung im Yoga Unterricht. Hatha Yoga Techniken für psychische Gesundheit. Hatha Yoga Techniken für Positivität im Alltag. Unterrichten von Meditation im Yoga Unterricht. Yamas und Niyamas für Yogalehrer: Yogalehrer Berufsethik.

In dieser Yogalehrer Weiterbildung gehen wir auf individuelle Fragen aus deiner Unterrichtspraxis ein.

Sanskrit: In dieser Weiterbildung lernst du Sanskrit lesen und schreiben, was dir einen tieferen Zugang zu den Mantras gibt und ihre wirklich richtige Aussprache ermöglicht. Asana-Variationen aus dem Hatha Yoga, Shank Prakshalana, die vollständige Darmreinigung, eine der effektivsten Übungen zur Entschlackung des ganzen Organismus. Kundalini Yoga: Üben von intensivem Pranayama, Mudras, Bandhas zum Öffnen der Chakras und Erwecken der Energien. Kleines und Mittleres Kriya Yoga.

Benötigte Literatur: YW, YVL.

· Ananda Schaak: Yoga Vidya Nordsee

**17.02.2017-26.02.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ANOY11772

· Leela Mata: Haus Yoga Vidya, Oberlahr / Westerwald  
**15.09.2017-24.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr.  
 AWWY12090

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv E: Bhakti Sutras

Körper und Geist

**Wir besprechen die Bhakti Sutras von Narada, eines der berühmtesten klassischen Werke des Bhakti Yoga. Du lernst Puja, Homa, Arati, Yoga Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens sowie Kirtans anzuleiten.**

Bhakti Sutras von Narada. Erlernen von Puja, Homa, Arati. Yoga Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens. Anleitung von Kirtan. Bhakti Sutras: Rezitation, Behandlung und Besprechung der Bhakti Sutras von Narada, eines der berühmtesten klassischen Werke zum Bhakti Yoga. Für Herzensöffnung und schnelle spirituelle Entwicklung. Bhakti Yoga: Formen von Bhakti. Stufen des Bhakti. Bhakti im Alltag. Mantra-Singen. Anleitung von Kirtan. Indische Rituale: Arati (Lichtzeremonie), Homa (Feuerzeremonie), Puja. Erklärung, Bedeutung und Erlernen von Puja, Homa, Arati. Hinduistische Mythologie. Symbolik und tiefere Bedeutung. Bhakti in anderen spirituellen Traditionen. Karma Yoga: Selbstloses Dienen mit Liebe und Mitgefühl. Bedeutung von Bhakti Yoga für Karma Yoga. Spiritualisierung des Alltags. Jnana Yoga: Jnana und Bhakti Yoga -Unterschiede, Gemeinsamkeiten, Ergänzungen, Auflösung von scheinbaren Widersprüchen. Hatha Yoga: mit Affirmationen und speziellen Konzentrationstechniken. Längeres Halten. Asanas meditativ. Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung, Didaktik. Individuelle Korrekturen. Unterrichtstechniken zur Öffnung des Herzens für Anfänger, Mittelstufe und Fortgeschrittene. Lerne, Asanas mit Affirmationen, längerem Halten mit Bhakti-Konzentration, Asanastunden mit Mantras aufzubauen und zu geben. Meditationstechniken zur Öffnung des Herzens. Anleitung von Kirtan und Arati. Meditative Asanas. Gebet, Hingabe, Gott in Yogastunden? Einsatz von Musik, Klangschalen und Kirtan in Yogastunden. Yoga für Kinder im Vorschulalter. Sanskrit: Erlernen und Üben von Devanagari, des Sanskrit Alphabets. Dadurch bekommst du einen tiefen und intuitiven Zugang zu den Mantras. Teilnahmebedingungen: Die Weiterbildungskurse sind Intensivkurse mit Teilnahmepflicht an allen Seminarteilen. Damit wir dir ein Zertifikat über diese Weiterbildung ausstellen können, musst du an allen Teilen vollständig anwesend sein. Später anzureisen oder früher abzureisen ist nicht möglich. Während des Kurses Verzicht auf Drogen, Alkohol, Rauchen, Fleisch und Fisch.

· Sitaram Kube, Shankara Girgsdies: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**07.04.2017-16.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY11829

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F4 - Viveka Chudamani und Asanas Intensiv

Körper und Geist

**Themen: Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Viveka Chudamani" (Das Kleinod der Unterscheidung) von Shankaracharya sowie Asanas intensiv und exakt mit Narayani.**

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg mit Sukadev anhand des "Viveka Chudamani" (Das Kleinod der Unterscheidung) von Shankaracharya. Asanas Intensiv und exakt mit Narayani. Intensives Arbeiten an den Asanas. Lerne spielerisch auch fortgeschrittene Asanas und viele Variationen.

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg „Viveka Chudamani“, „Das Kleinod der Unterscheidungskraft“, ist eine praktische und tiefgründige Analyse der menschlichen Zwickmühle, der Natur der wahren Realität sowie der Mittel und Wege zur Freiheit vom Rad des Todes und der Wiedergeburt (Samsara). Diesen brillanten Klassiker über Advaita Vedanta, die non-dualistische Vedanta-Philosophie, von Shankaracharya zu studieren heißt, in die Höhen wundervollen Friedens und unermesslicher Freude erhoben zu werden.

Asanas intensiv und exakt: Intensives Arbeiten an den Asanas. Lerne spielerisch auch fortgeschrittene Asanas und viele Variationen. Systematischer Aufbau von Yogastellungen. Vorübungen und schrittweise Annäherung an fortgeschrittene Stellungen. Wertvolle Impulse und Hinweise für deine eigene Praxis und deinen Yogaunterricht. Dank ihrer langen und intensiven Asana-Praxis und 40 Jahren Unterrichtserfahrung kann dir Narayani ein tiefes Verständnis für die Asanas und ihre Wirkungen auf allen Ebenen vermitteln.

Hatha Yoga und Unterrichtstechniken:

Unterrichtsgestaltung. Didaktik.

Individuelle Korrekturen: Besonders Mittelstufe und Fortgeschrittene

Yoga Bodywork

Partner Asanas

Unterrichtstechniken zur Transzendierung des Körperbewusstseins

Asanas mit vedantischen Lehrsätzen

Asanas mit den Mahavakyas

Darshanas im Hatha Yoga Unterricht

Abstrakte Meditationstechniken im Hatha Yoga Unterricht

Meditatives Halten der Stellungen

Jnana Yoga im Hatha Yoga Unterricht

Bewusstseinsweiterung im Hatha Yoga

Identifikationen transzendieren mittels Hatha Yoga

Shank Prakshalama, die vollständige Darmreinigung zur Entschlackung des ganzen Organismus.

Benötigte Literatur: YVL, YVA, Viveka Chudamani (im Shop erhältlich)

· Sukadev Bretz, Narayani: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**01.09.2017-10.09.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12061

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F5 - Atma Bodha, die Erkenntnis des Selbst

Körper und Geist

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. Es will dich direkt zur Erkenntnis der Einheit deines wahren Wesens mit allem führen, zur Überwindung der äußeren scheinbaren Gegensätze von Subjekt/Objekt, Zeit und Raum. Mit Übersicht über die klassischen ind. Schriften und Philosophiesysteme. Wie Intensiv-Weiterbildung A5, mit zusätzlichen Vedanta-Vorträgen und anderen Unterrichtstechniken, ohne Stress-Psychologie und Trainingslehre.

Jnana Yoga, Vedanta und der spirituelle Weg anhand des "Atma Bodha" (Die Erkenntnis des Selbst) von Shankaracharya. "Durch logisches Denken und Unterscheidungskraft sollte man das Wahre Selbst im Inneren trennen von falschen Vorstellungen über das Selbst, ebenso wie man das Reiskorn von der es umgebenden Hülse trennt." (Atma Bodha, Vers 16)

Mit solchen Lehrsätzen und Beispielen versucht dieses Werk, uns zu einem klaren Verständnis und zur Erkenntnis der höchsten Wahrheit zu führen: Der Erkenntnis, dass unser wahres Selbst, unser wahres Wesen, in seiner Essenz eins ist mit allem, jenseits der scheinbaren Getrenntheit und Gegensätze wie Subjekt/Objekt, Zeit und Raum, usw. "Atma Bodha" ist ein grundlegender Text des Jnana Yoga, der klassischerweise als Einführung in den Vedanta gelehrt wird. Er wird dem großen Meister und Philosophen des Advaita Vedanta, Shankara, zugeschrieben.

Ein unvergleichliches Seminar, das deine bisherigen Denkgewohnheiten revolutionieren und in Frage stellen wird, je weiter du in dieses klassische indische System der Selbstbefragung und Hinterfragung der augenscheinlich wahrnehmbaren „Realität“ einsteigst. Wir werden auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden diskutieren.

Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme.

Hatha Yoga und Unterrichtstechniken F5: Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Individuelle Korrekturen. • Vedantische Visualisierung und Affirmation im Hatha Yoga. • Hatha Yoga zur Transzendierung des Körperbewusstseins – Teilnehmer an persönliche Grenzen führen ohne zu überfordern, von Anfängern bis Fortgeschrittene • Asanas mit Vedantischen Lehrsätzen • Yoga mit verhaltensauffälligen Kindern • Individuelle Fragen zum Unterricht • Hatha Yoga in Bezug zu den Pancha Koshas (5 Hüllen) - Benötigte Literatur: Yoga Vidya LehrerhandbuchL, „Das Yoga Vidya Asana Buch“, „Handbuch Anatomie – Bau und Funktion des menschlichen Körpers“, Speckmann/Wittkowski; Atma Bodha (Yoga Vidya Verlag)

· Maheshwara Mario Illgen, Atman Shanti Hoche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**18.08.2017-27.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12043

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv F6 - Aparoksha Anubhuti - Die direkte Verwirklichung des Selbst Körper und Geist

**Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit anhand des „Aparoksha Anubhuti“ („Die direkte Verwirklichung des Selbst“), u.a. mit einer metaphysischen Jnana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas. Unterrichtstechniken u.a.: Vata, Pita, Kapha-abgestimmte Yogastunden, Schwangerschafts-Rückbildung, Neue Stellungen einführen, Jnana Yoga im Hatha Yoga Unterricht.**

Jnana Yoga, Vedanta und der direkte Weg zur Verwirklichung der Einheit. Anhand des „Aparoksha Anubhuti“, „direkte intuitive Gotteserfahrung“, einem prägnanten genialen Werk mit 144 Sutras, entfalten wir die Lehren von Shankaracharya, dem großen Philosophen und Meister des Vedanta. „Hier wird das Mittel erläutert, durch welches Aparoksha Anubhuti, die direkte Verwirklichung, erlangt werden kann, um so die endgültige Befreiung zu erreichen...“ (Vers 2)

Ein kühnes Versprechen – auch wenn du in diesem Seminar vermutlich nicht gleich die volle Selbstverwirklichung erreichst (...!), wird die großartige Botschaft des Vedanta dein Denken, dein Verständnis deiner Selbst und der Welt revolutionieren. Du wirst inspiriert, eingefahrene Denk- und Verhaltensmuster in Frage zu stellen und zu überwinden. Die Auseinandersetzung, das Hinterfragen, das Meditieren über höchste metaphysische Wahrheiten führt dich schrittweise zu einem immer klareren Verständnis der essentiellen Einheit von allem, deiner wahren Natur als reines Sein, Wissen und Wonne.

„Aparoksha Anubhuti“ gibt uns konkrete Übungen, um diese höchste Realität unmittelbar zu verstehen. Diese praktischen Meditationstechniken zeigen Shankaracharyas Jana Yoga Interpretation der 8 Ashtangas des Raja Yoga – Nama, Niyama, Asana, Pranayama, Pratyahara, Dharana, Dhyana und Samadhi – jedoch in einer sehr viel weiteren, metaphysischen Bedeutung als Patanjalis Raja Yoga. Ein einzigartiges Seminar für dich als ernsthafte/r spirituelle/r Aspirant/in, das dich auf der Leiter deiner spirituellen Evolution entscheidend weiter bringt.

Mit Übersicht über die klassischen indischen Schriften und die klassischen 6 Philosophiesysteme. Auch andere indische Texte, philosophische Systeme und Methoden werden mit einfließen.

Im Unterschied zur gleichnamigen Weiterbildung A6 hast du von 14.00-15.45 Uhr zusätzliche Vedanta-Vorträge (anstelle von Stress-, Entspannungs- und sportmedizinischer Trainingslehre), sowie andere Unterrichtstechniken als A6.

Unterrichtstechniken: Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Individuelle Korrekturen. Besonders: - Hatha Yoga nach ayurvedischen Gesichtspunkten, abgestimmt auf Vata-, Pita-, Kapha-: Konstitution - Yoga für Rückbildung nach der Schwangerschaft - Neue Stellungen im Yogaunterricht einführen - Jnana-Yoga-Techniken im Hatha Yoga Unterricht für Anfänger.

Benötigte Literatur: Yoga Vidya Lehrer Handbuch, Yoga Vidya Asana Buch, Aparoksha Anubhuti (dt. Übersetzung, Yoga Vidya Verlag)

· Chandra Cohen, Kay Hadamietz, . . : Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**14.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11981

## Yogalehrer Weiterbildung Intensiv H - Gheranda Samhita

Körper und Geist

**Gherandha Samhita – der 7-fache Weg zur Vollkommenheit. Genaue und exakte Beschreibung und Üben von Kriyas, Asanas, Mudras, Bandhas, Pranayama, Pratyahara und Dhyana. Über das angewandte Wissen dieser Techniken bekommst du mehr und mehr Zugang zu Intuition, Achtsamkeit und höheren Erfahrungen. Mit spezifischen Chakra-Meditationen, Atem- und Energielenkungsübungen**

Gheranda Samhita – der 7-fache Weg zur Vollkommenheit. Genaue und exakte Beschreibung und Üben von Kriyas, Asanas, Mudras, Bandhas, Pranayama, Pratyahara und Dhyana. Körper und Geist sind „Gefäße“ für die Seele. Über das angewandte Wissen dieser Techniken bekommst du mehr und mehr Zugang zu Intuition, Achtsamkeit und höheren Erfahrungen.

Lerne anhand dieses umfassendsten Handbuches zur Yoga-Praxis, wie du über die Arbeit am Körper und Geist deine eigene Praxis verfeinern kannst. Dies führt dich über die Körperarbeit zu mehr innerem Frieden, Ruhe und Gelassenheit und intuitiver Verwirklichung der höchsten Wahrheit.

Die Gheranda Samhita ist das umfassendste Handbuch zur Yoga und Kundalini Praxis überhaupt. Es ist die Lehre des Meisters Gheranda an seinen Schüler Chanda, der ihn nach dem Yoga des Körpers fragt, als Grundlage des Wissens über die höchste Wirklichkeit. Sie spricht von „Ghata Yoga“ oder „Ghatastha Yoga“ und meint damit die Arbeit am „Gefäß“ (gatha = Topf, Gefäß), d.h. physischer und astraler Körper sind das Instrument für unsere Seele, sich auszudrücken und weiter zu entwickeln. Dazu lehrt sie einen 7fachen Weg zur Vollkommenheit. Die 7 Kapitel entsprechen den sieben Methoden der Vervollkommnung. Jedes Kapitel lehrt eine Reihe von entsprechenden Techniken die zu einem dieser 7 Mittel führen: Reinigung , durch Kriyas; Stärke durch Asanas; Beständigkeit und Festigkeit durch Mudras; Ruhe und Ausgeglichenheit durch Pratyahara, Leichtigkeit und Energie durch Pranayama und

angepasste Lebensweise; Verwirklichung des Selbst durch Dhyana; Samadhi. Gute Gesundheit, ein flexibler Körper und höhere Stressresistenz sind positive Nebeneffekte.

Swami Saradananda wird insbesondere ihre verfeinerten Chakra-Meditationen anleiten, in die 30 Jahre eigener Praxis- und Unterrichtserfahrung einfließen, sowie spezielle Energie- und Atemtechniken. Zu beiden Themen hat sie ja eigene Bücher verfasst.

Du gelangst zu einem umfassenden Verständnis und einer tieferen Sichtweise. Ein besonders attraktiver Kurs für Yogalehrer, die ihrem Unterricht und ihrer eigenen Praxis eine neue spirituelle Dimension und Tiefe geben wollen.

Unterrichtstechniken:

Unterrichtsgestaltung. Didaktik. Gegenseitiger Austausch.

Yoga für Fortgeschrittene.

Unterrichten von sportlicheren Yogastunden.

Energetische Wirkungen der Asanas und Pranayamas. Energetische und andere subtile Aspekte beim Unterrichten von Yoga.

Energiearbeit mit Hatha Yoga.

Umgang mit Kundalini Erfahrungen, Energie-Erweckungen und Bewusstseinsweiterung.

Unterrichten von Chakra-Meditation und Pranaheilung.

Unterrichten von Pranayama und Pranayama-Variationen, Atem-Kursen und Workshops sowie Kriya-Workshops.

Energiehaushalt des Yogalehrers: Vorbeugen von Burnout – wie halte ich als Yogalehrer ein gutes Energie-Niveau?

Eingehen auf individuelle Fragen aus deiner Yogapraxis. Benötigte Literatur: Gheranda Samhita, Die Kundalini Energie erwecken.

Gheranda Samhita is an ancient scripture dealing with the seven-stages to perfection Your body and mind are viewed as vessels for your soul. The seminar is practical as well as theoretical in its approach to hatha yoga. Through the regular practice of kriyas, asanas, mudras, bandhas, pranayama, pratyahara and dhyana, you are led to access your intuition and gain higher experiences. This training includes chakra meditations, breathing techniques and advanced energy-focusing practices.

The Gheranda Samhita is one of the most complete guides to Hatha Yoga and Kundalini Practice. It is written in the form a dialogue between Gheranda and his student Chanda. They discuss the Yoga of the Body as an base of knowledge of the highest reality. Your physical and astral bodies are seen as instruments by which your soul may express itself and develop more fully.

Using this comprehensive guide to hatha yoga, you will be introduced to techniques which will assist you in refining your personal practice. With regular practice, you will begin to experience greater inner peace, ease, calmness and intuitive realization of the highest truth.

The seven chapters of the Gheranda Samhita work with seven methods of perfecting your body and mind: cleansing through kriyas; strengthening through asanas; constancy and firmness through mudras; calmness and balance through pranayama; realization of your self through dhyana; samadhi. A healthy and flexible body with greater resistance to stress are the welcome side-effects.

Swami Saradananda will guide you in Chakra Meditation, as well as special energy and breathing techniques. She is the author of books on both topics and has been teaching for more than thirty years.

· Swami Saradananda, Atman Shanti Hoche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**04.08.2017-13.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 121 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 560€, MZ: 673€, DZ: 815€, EZ: 961€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12015

## Yogalehrer Weiterbildung: Yoga für Menschen mit besonderen Beschwerden

Körper und Geist

**Du lernst, was es zu beachten gilt, wenn Yogaschüler besondere Beschwerden oder körperliche Besonderheiten haben, und die normale Yoga Vidya Reihe nicht beherrschen. Sukadev gibt wertvolle Tipps für gemischte Gruppen, spezialisierte Gruppen sowie Tipps für Privatstunden.**

Was gilt es zu beachten, wenn Yogaschüler besondere Beschwerden haben, wenn sie körperliche Besonderheiten haben oder die normale Yoga Vidya Reihe nicht beherrschen. Wertvolle Tipps für gemischte Gruppen, für spezialisierte Gruppen sowie für Privatstunden. Gelenkübungen, einfache Varianten der klassischen Übungen. Sukadevs sieben Grundprinzipien des therapeutischen Yoga sowie zur Anpassung der Yoga Übungen an besondere Bedürfnisse. Besonders behandelt werden: \* Yoga für den Rücken: Bandscheibenvorfall, Scheuermann, Morbus Bechterew, künstliche Versteifungen, Ischialgie, Arthrose, Hexenschuss, unspezifische Rückenprobleme; \*Gelenkprobleme: Arthritis, Arthrose, Yoga bei Problemen der einzelnen Gelenke: Fingergelenke (Arthrose, Arthritis), Handgelenke (Sehnenscheidenentzündung, Arthrose, Carpal Tunnel Syndrom), Ellbogen (Tennisarm, andere), Schulter, Hüftgelenke (einschl. künstl. Hüfte), Knie (einschl. künstl. Kniegelenke), Fußgelenke (einschl. Knöchelverrenkungen), Zehen; \*Yoga fürs Herz: Yoga bei Bluthochdruck, Arteriosklerose, Krampfadern, andere Herzprobleme; \*Yoga bei Beschwerden des Nervensystems: Multiple Sklerose, Parkinson, Schlaganfall, Altersdemenz; \*Yoga bei Schlafstörungen; Yoga bei Kopfschmerzen: Spannungskopfschmerz, Migräne. \* Yoga bei Beschwerden des Atmungssystems: Asthma, chronische Bronchitis, Heuschnupfen; \*Yoga für Behinderte \*Yoga für Senioren

· Sukadev Bretz, Sarada Serra, Nirmala Erös: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**16.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY11846

· Sukadev Bretz, Sarada Serra: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**18.08.2017-25.08.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Weiterbildung. 78 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 446€, MZ: 533€, DZ: 642€, EZ: 756€ (inkl. VP) -  
 Nr. ABMY12040

## Yogatherapie bei Erkrankungen der Atemorgane (des respiratorischen Systems)

Körper und Geist

**Du lernst Yoga-, Atem- und Kriya- (Reinigungs-) Techniken sowie spezielle Ernährungsempfehlungen kennen, mit denen du Krankheiten wie Asthma, Bronchitis, Nebenhöhlenentzündungen und allergischen Schnupfen vorbeugen kannst.**

Du lernst Yoga-, Atem- und Kriya- (Reinigungs-) Techniken sowie spezielle Ernährungsempfehlungen kennen, mit denen du Krankheiten wie:

- » Asthma
- » Bronchitis

- » Nebenhöhlenentzündungen
  - » allergischem Schnupfen
- vorbeugen und im Krankheitsfalle beikommen kannst.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllt sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichteinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichteinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Claudia Persche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**16.07.2017-23.07.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminar tag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11987

## Yogatherapie bei psychosomatischen Störungen

Körper und Geist

**Du lernst, wie die ganzheitlichen Techniken des Yoga besonders wirksam bei chronischen Erkrankungen sind, und erstellst ein yogatherapeutisches Diagnose und Behandlungsschema mit anschließendem Dokumentationsbericht.**

Psychosomatische Störungen haben häufig ihre Ursache in psychischen und physischen Traumata, die verdrängt oder nicht vollständig verarbeitet wurden. Viele organische Erkrankungen lassen sich ganz oder teilweise auf Störungen des natürlichen Körper-Geist-Gleichgewichts zurückführen. Hier kann der ganzheitliche Ansatz des Yoga einen besonders wirkungsvollen Beitrag leisten.

Du lernst, welche Techniken besonders wirksam sind bei:

- » chronischen Erkrankungen wie:
  - Schlafstörungen
  - Migräne
  - Stress-Syndrom

Du lernst, ein eigenes yogatherapeutisches Übungsprogramm zu erstellen.

- » Anatomische und physiologische Grundlagen des Nervensystems und des endokrinen Systems.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllt sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichteinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichteinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Claudia Persche, Kirsten Lutter: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**23.04.2017-30.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11854

## Yogatherapie bei Rückenproblemen und Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates

Körper und Geist

**V**Vor allem Rückenbeschwerden haben sich heutzutage zu einer weit verbreiteten Volkskrankheit entwickelt. Sie können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Gerade hier bietet die Yogatherapie mit einem gezielten Programm aus speziell angepassten Asanas, die wir in dieser Woche kennen lernen und üben, beeindruckende und dauerhafte Heilerfolge. Auch für rheumatische Beschwerden gibt es zahlreiche beschwerdespezifische Übungen, ergänzt durch individuelle Ernährungsempfehlungen.

Vor allem Rückenbeschwerden haben sich heutzutage zu einer weit verbreiteten Volkskrankheit entwickelt. Sie können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Gerade hier bietet die Yogatherapie mit einem gezielten Programm aus speziell angepassten Asanas, die wir in dieser Woche kennen lernen und üben, beeindruckende und dauerhafte Heilerfolge. Auch für rheumatische Beschwerden gibt es zahlreiche beschwerdespezifische Übungen, ergänzt durch individuelle Ernährungsempfehlungen. Du solltest im Rahmen dieses Seminars ein von Wolfgang Kessler geschriebenes Buch -> (Yoga ... und der Rücken atmet auf) und eine zum Buch analoge DVD -> (Yoga ... und der Rücken atmet auf) erwerben.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllt sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichtseinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichtseinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Claudia Persche, Wolfgang Kessler: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen  
**03.03.2017-10.03.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//  
 Seminarartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag  
 7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) - Nr.  
 ABMY11790

## Yogatherapie bei Stoffwechselstörungen und Erkrankungen des Verdauungssystems

Körper und Geist

**W**eit verbreitete gesundheitliche Probleme wie Diabetes, Gastritis, Ulzera, Verstopfung, Hämorrhoiden werden mit Hilfe von Ernährungsumstellung, Reinigungstechniken, speziellen Yogaübungen und –Atemtechniken behandelt.

Dazu gehören weit verbreitete gesundheitliche Probleme wie:

- » Diabetes
- » Gastritis
- » Ulzera
- » Verstopfung

» Hämorrhoiden

Vom yogatherapeutischen Ansatz behandeln wir diese mit:

- » Ernährungsumstellung bzw. -plänen
- » Kriya Übungen zur Befreiung von belastenden Stoffwechsel-Rückständen und Giften
- » Speziellen Asanas
- » Speziellen Atemtechniken für Verdauungssystem und -drüsen
- » Möglichkeiten einer langfristigen gesünderen, entspannteren Lebensführung

Du erstellst Behandlungsprotokolle aus eigener praktischer Umsetzung des Gelernten.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllst sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichtseinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichtseinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Claudia Persche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**15.10.2017-22.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 85 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 570€, MZ: 657€, DZ: 767€, EZ: 882€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12131

## Yogatherapie Einführung

Körper und Geist

**Du lernst die Grundlagen und Wirkungsweise der Yoga Therapie zur Heilung und Vorbeugung von weit verbreiteten Krankheiten. Gleichzeitig Beginn der Ganzheitlichen Yogatherapie Ausbildung**

Grundzüge der Yoga Therapie zur Heilung und Vorbeugung von weit verbreiteten Krankheiten. Eine Synthese aus den Systemen von Yoga Vidya und dem führenden indischen Therapie-Institut Kaivalya Dhama. Dieses Wochenendseminar bildet die Einführung in die Yogatherapie. Anhand praktischer Übungen werden die Grundlagen und Wirkungsweisen der der Yoga-Therapie erklärt. Die Stärken, Grenzen und Kontraindikationen der Yogatherapie und ihre Unterschiede zum klassischen Yogaunterricht, werden ausführlich behandelt.

Dieses Seminar ist ein Baustein der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung. Wenn du alle 7 Bausteine der 1-jährigen Yogatherapie Ausbildung absolviert hast und wenn deine Yogatherapie Ausbildung mindestens 2 Jahre umfasst (seit Beginn der Yogalehrer Grundausbildung) erfüllst sie die Anforderungen der Krankenkassen, sofern du die sonstigen Krankenkassen Bestimmungen erfüllst (d.h. entweder die 2-Jahres Baustein Ausbildung mit 642 Unterrichtseinheiten, die 2-Jahres Yogalehrerausbildung mit 723 Unterrichtseinheiten oder die 3-Jahres Yogalehrerausbildung mit 780 Unterrichtseinheiten hast. Mit jedem staatlich anerkannten Studien- oder Berufsabschluss und Yogalehrer/in ohne medizinischen/pädagogischen Grundberuf müssen zusätzlich mindestens 200 Zeitstunden Unterrichtserfahrung als Yogalehrer/in nachgewiesen werden.)

· Ravi Persche, Claudia Persche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**21.04.2017-23.04.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY11851

· Ravi Persche, Claudia Persche: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**13.10.2017-15.10.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12121

## Zur Ganzheit in die Mitte - unser Bauch

Körper und Geist

**Der Bauch ist mehr als nur der Sitz der Verdauungsorgane. Er ist unsere Mitte, wenn wir stehen. Unser Sonnengeflecht und Energiespeicher, der sicherste Ort der Welt für Erinnerungen und Emotionen – gute wie weniger schöne. Mit dem Bauch entscheiden wir immer dann wenn wir uns trauen.**

Der Bauch ist mehr als nur der Sitz der Verdauungsorgane. Er ist unsere Mitte, wenn wir stehen. Unser Sonnengeflecht und Energiespeicher, der sicherste Ort der Welt für Erinnerungen und Emotionen – gute wie weniger Schöne. Mit dem Bauch entscheiden wir immer dann wenn wir uns trauen (im doppelten Wortsinn). Gibt es aber dafür ein Organ, das in seinem Bau oder seiner Funktion Hinweise gibt?

· Ramashakti Sikora: Haus Yoga Vidya, Bad Meinberg / Westfalen

**03.11.2017-05.11.2017.** Anreisetag: (opt. 16-17.30h) 20-22.15h//

Seminartag: (opt. 6-7), 7-9h, 9.15-11, 11.30-12.15, 14.15-18, 20-22h//Abreisetag

7-9h, 9.15-11h//Ruhetag (bei mehr als 1 Woche): 6-9h, 9.15-11h. - Seminar. 22 Uh - € - Schlafsaal/Zelt: 144€, MZ: 169€, DZ: 201€, EZ: 233€ (inkl. VP) - Nr. ABMY12158