

Bereit neue Wege zu gehen?

200h

YogalehrerIn Ausbildung

mit

Christin Diekhaus Röttger

&

Dorothee Schlag

&

Dunja Tabeling

&

Gastdozentin: Sahra Isabell Behag

Start Oktober 24



Infoabend

24.05.24

19 UHR



Bereit neue Wege zu gehen?



Möchtest du selbst tiefer in das Yoga eintauchen? Möchtest du Menschen als YogalehrerIn auf ihrem spirituellen und körperlichen Entwicklungsweg begleiten?

Dann ist diese Ausbildung genau das Richtige für Dich.

www.herzraum-lohne.de





TERMINE & THEMEN

Modul 1: 12-13. Oktober 24

Einführung in das Yoga
Asana & Philosophie

Modul 2: 07-08. Dezember 24

Asana & Energiekörper
Anatomie & Physiologie

Modul 3: 01-02. Februar 25

Yoga & Stressbewältigung
Geschichte & Philosophie des Yoga

Modul 4: 05-06. April 25

Fachdidaktik
Asanalehre & Meditation & Mantra



TERMINE & THEMEN

Modul 5: 14-15. Juni 25

Anatomie & Physiologie
Asanalehre & Meditation

Modul 6: 12.-17. Oktober 25

(Intensivwoche im Seminarhaus Shanti)
Yoga für Menschen mit besonderen
Bedürfnissen & Therapeutische Ansätze
Philosophie & Mantra
Meditation

Modul 7: 25-26. Oktober 25

Abschluss & Prüfung



CHRISTIN DIEKHAUS RÖTTGER

Meine Schwerpunkte in der Ausbildung:
Yoga Philosophie / Fachdidaktik
Asanalehre / Meditation

Über mich:

Yogalehrerin, ehemalige Grundschullehrerin,
Mutter von drei Kindern und vieles mehr.

Als ich begann mich mit den unterschiedlichen Facetten von Yoga auf und außerhalb der Matte zu beschäftigen, durfte ich erfahren, dass ein achtsamer Umgang mit sich selbst ein Schlüssel für Zufriedenheit und Wohlbefinden sein kann. Yoga erinnert mich daran, dass alles in mir liegt. Diese Erfahrung gebe ich mit Leidenschaft weiter.



DOROTHEE SCHLAG

Meine Schwerpunkte in der Ausbildung:

Asanalehre / Atmung

Mantra / Energiekörper

Über mich:

Mein Stil Yoga zu unterrichten ist eher ruhig und ganz auf die Bedürfnisse des Einzelnen ausgerichtet. Bei mir praktizierst du Yoga, um deinen Körper zu dehnen, zu kräftigen und zu mobilisieren. Pranayama, verschiedene Atemtechniken, setze ich gezielt ein, damit deine Gedanken zur Ruhe kommen. Dadurch werden nach und nach die Yoga -Erfahrungen über das körperliche Empfinden hinaus gehen. Körper und Geist finden in so in eine gesunde Balance.



DUNJA TABELING

Meine Schwerpunkte in der Ausbildung:
Hands on / Atmung
Lebensfreude

Über mich:

Yoga bedeutet für mich sensibler zu werden.
Auf der Suche nach mehr Ruhe und
Zufriedenheit fand ich den Weg zum Yoga. Ich
unterrichte mit Herz und Hand, mal fliesend
und körperlich herausfordernd, mal still und
meditativ.

Seit Abschluss der 2 jährigen Yogalehrer
Ausbildung (ca. 700 Unterrichtsstunden) mit
Zertifikat Yogalehrerin (BYV) biete ich
verschiedene Yoga Kurse an.



SAHRA ISABELL BEHAGH

Meine Schwerpunkte in der Ausbildung:
Anatomie & Physiologie

Über mich:



Schon immer fasziniert vom Wunderwerk des menschlichen Körpers mit all seinen Facetten, staune ich immer wieder aufs Neue, wie sehr alles miteinander in Verbindung steht und wie sehr die äußere Welt und die innere Welt sich spiegeln. Mit dem Bewusstsein, über den Körper in den inneren Raum einzutauchen, gelange ich näher zu mir selbst und meiner inneren Quelle, aus der ich schöpfen kann. Yoga durchdringt alle Bereiche meines Lebens und hat mich und mein Leben nachhaltig verändert und bereichert.

PREISE

100 h Yogaübungsleiter:
Preis: 1.490, 00€ (Modul 1-4)

200h YogalehrerIn Ausbildung:
Preis: 2.990,00€ (Modul 1-7)

Zusätzliche Kosten entstehen für die
Übernachtung während der Intensivwoche

Ratenzahlung auf Anfrage möglich.



ZERTIFIZIERUNG

Diese Ausbildung unterliegt den bekannten Standards. Unsere Ausbildungsleiter verfügen über die nötigen Qualifikationen, um ihr Wissen kompetent und anschaulich an die Teilnehmer weiter geben zu können. Weitere Informationen erhältst du auf dem kostenlosen Infoabend oder in einem persönlichen Gespräch.

“DER SCHLÜSSEL ZUM GLÜCK STECKT VON INNEN”



Wir freuen uns auf die gemeinsame Reise.

Anmeldungen und weitere Informationen
unter:

www.herzraum-lohne.de