

Yogalehrer/in, -therapeut/in

BEAUTY / WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation, mit hoch geschätzten gesundheitsfördernden und heilenden Effekten. Als Yogalehrer/in, -therapeut/in vermitteln Sie diese praktischen Übungen Einzelpersonen oder Gruppen auf höchstem Niveau. Im Verlauf der Fachausbildung lernen Sie alle entspannenden und therapeutischen Einsatzmöglichkeiten, Indikationen und Kontraindikationen. Yoga hilft auch, die eigene Persönlichkeit

weiterzuentwickeln.

Seminarinhalte:

- Yoga-Philosophie und Geschichte / Quellentexte (exemplarisch)
- Die großen Yoga-Wege
- Astanga-Yoga (Patanjali, 8-facher Pfad)
- Medizinische Grundlagen
- Therapeutische Körperstellungen (Asana)
- Iyengar-Yoga
- Yoga-Atemtherapie / Atemtechniken (Pranayama)
- Meditation
- Entgiftungs- und Reinigungstechniken (Satkarma / Kriya)
- Kundalini-Yoga
- Energieansammlung und Energielenkung (Bandha, Mudra)
- Ernährung im Yoga
- Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis

Bitte bringen Sie eine Yogamatte, eine Decke, ein Yogakissen und ein Bänkchen (wenn vorhanden) mit.

Diese Fachausbildung richtet sich an therapeutisch tätige Personenkreise und alle Interessierten ohne körperliche Einschränkungen.

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Termine:

Sa. 24.04.2021

So. 25.04.2021

Sa. 22.05.2021

So. 23.05.2021

Sa. 26.06.2021

So. 27.06.2021

jew. 09:00-17:00 Uhr

Sa. 24.07.2021

10:00-18:00 Uhr

Weitere Termine folgen.

Preis:

3350,- Euro *

Seminarort:

Paracelsus Schule

Goethering 22-24

49074 Osnabrück

Tel. 0541 - 20 20 552

Seminarnummer:

SSA27120920

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

