

# Yogalehrer/in Yogatherapeut/in

## Grundlagen

### BEAUTY / WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien, umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation. Die Wertschätzung der gesundheitsfördernden und heilenden Effekte hat längst auch bei uns Einzug gehalten. Als Yogalehrer/in bzw. Yogatherapeut/in vermitteln Sie diese praktischen Übungen an Individuen und Gruppen auf höchstem Niveau. Im Verlauf

der Ausbildung 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 mitbringen: warme Socken und/oder Turnschuhe, bequeme Kleidung, Unterlage, Decke!

Das Ausbildungsangebot richtet sich an Therapeuten/innen aus dem Beauty- und Wellnessbereich, Heilpraktiker/innen, -anwärter/innen sowie andere, am Thema interessierte Personen. Erweitern Sie Ihr Praxisportfolio, erarbeiten Sie sich ein neues, berufliches Standbein oder nutzen Sie Ihr neu gewonnenes Wissen im privaten Umfeld. Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis erhalten von der Paracelsus Akademie ein Zertifikat "Yogatherapeut/in", Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis den Abschluss z. "Yogalehrer/in".

**Dozent/in Inka Bauschke:** Geboren 1983, verheiratet. 2009-2012 absolvierte Frau Bauschke die Ausbildung zur Physiotherapeutin in Hamburg mit anschließender Berufserfahrung. In den folgenden Jahren ließ sie sich zur Lymphtherapeutin und Yogalehrerin ausbilden und besuchte Fachfortbildungen in den Bereichen medizinisches Taping, Pilates und manuelle Therapie. Ihr zunehmendes Interesse für ganzheitliche Therapieverfahren brachten sie zur Naturheilkunde und sie absolvierte eine zweijährige Ausbildung zur Heilpraktikerin an der Paracelsus Schule Hamburg. Derzeit ist sie als Yogalehrerin und Entspannungstrainerin tätig.

#### Termine:

**Sa. 07.01.2023**

**So. 08.01.2023**

**Sa. 04.02.2023**

**So. 05.02.2023**

**Sa. 11.03.2023**

**So. 12.03.2023**

**Sa. 08.04.2023**

jew. 10:00-18:00 Uhr  
weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

#### Preis:

**3400,- Euro \***

**Paracelsus Schule  
Gördelinger Str. 47  
38100 Braunschweig  
Tel. 0531 - 250 21 41**

#### Seminarnummer:

**SSH33070123**

#### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

