

## Allgemeines zu den Ausbildungen

Mit dem Ausbildungsangebot der Yoga Akademie möchten wir dem interessierten Menschen spirituelle Weiterbildung ermöglichen. Wir legen Wert auf eine zeitgemäße Herangehensweise an das große und sehr interessante Thema der Spiritualität. Dabei versuchen wir, altes Wissen aus verschiedenen Traditionen und Philosophien mit dem Leben des Menschen heute in verständlicher, undogmatischer und natürlicher Weise zu verbinden.



Je nach Ausbildung fließen medizinisch-therapeutische Grundlagen, aber auch astrologisch und anthroposophische Sicht- und Denkweisen mit hinein. Alle Ausbildungen beinhalten fundierte praktische Grundlagen, die für eine erfolgreiche Lehrtätigkeit wichtig sind.

## Die Termine für die im April 2015 beginnende Ausbildung

**2015:** 30.04.-03.05. / 03.-05.07. / 21.-23.08.  
23.-25.10. / 12.-13.12.

**2016:** 12.-14.02. / 18.-20.03 / 27.-29.05. / 22.-24.07.  
30.09.-02.10. / 03.-04.12.

**2017:** 03.-05.02. / 24.-26.03. / 04.-07.05.

## Infoabend

07.03.2015 von 19.00 - ca. 20.30 Uhr

## Orientierungstag

21.02.2015 von 10.00 Uhr - ca. 14.00 Uhr  
Bitte für den Orientierungstag rechtzeitig anmelden!

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei

## Ausbildungsgebühr

**3.650,- Euro**

Zinsfreie Ratenzahlungen sind möglich.

10 % der Ausbildungskosten fließen in das Projekt **Muskan Viklang Trust e.V.** zur Behandlung von an Polio erkrankten Kindern in Bihar/Indien.



### Michael Örs

Yogalehrer/-therapeut, Heilpraktiker,  
freier Dozent  
Leitung der Yoga Akademie Freiburg



### Nadine Örs

Yogalehrerin/-therapeutin  
Physiotherapeutin, Rückenschulleiterin,  
freie Dozentin,  
Leitung der Yoga Akademie Freiburg



### Werner Hölling

Dozent für Yogalehrer-Ausbildungen  
staatl. geprüfter Lehrer für Englisch, Sport,  
Ethik, Rückenschulleiter, Leitung Yoga-  
Balance Marburg, Buchautor



### Sandra Grünes

Ayur-Yoga-Therapeutin und  
Dipl. Medizinische Ayurveda-Spezialistin,  
Heilpraktikerin, Physiotherapeutin

Weitere Infos auf unserer Webseite:  
[www.yoga-akademie-freiburg.de](http://www.yoga-akademie-freiburg.de)

### Yoga Akademie Freiburg

Ausbildungszentrum für Yoga und Yogatherapie

Büro: An der Schwelle 5  
79312 Emmendingen  
Telefon: +49 (0) 761 21411-17  
[info@yoga-akademie-freiburg.de](mailto:info@yoga-akademie-freiburg.de)  
[www.yoga-akademie-freiburg.de](http://www.yoga-akademie-freiburg.de)

# Ausbildung zum/zur Yogalehrer/in (500 Stunden)



## Ausbildung zum/zur Yogalehrer/in

Die Ausbildung zum/zur Yogalehrer/in ist ganzheitlich-therapeutisch orientiert. Die Quellengrundlagen sind die Philosophien der Upanishaden, die Bhagavad Gita und die Sutras nach Patanjali. Das hermetische Weltbild und Grundlagen der Anthroposophie und der Medizin ergänzen die Ausbildungsinhalte.

Mit diesen Studieninhalten werden die Bewusstseinsentwicklung des Menschen und seine Wesensnatur verständlich. Damit kann die Bedeutung der Yoga-Praxis tiefer erfasst werden. Die Ausbildung ist nicht ausschließlich einer Yogatradition verpflichtet, sondern vermittelt ein umfassendes und fundiertes Grundlagenwissen über den Yoga und seine verschiedenen Stile und Traditionen.

*„Indem der Mensch über sich selbst bewusst wird und seine wahre Natur immer mehr erkennt, desto mehr wird sein Handeln in der Welt zu einer Entwicklung beitragen und das Leben bereichern.“*



## Themenschwerpunkte

Ein Schwerpunkt der Ausbildung gestaltet sich durch die Chakra-Philosophie und dem damit verbundenen Analogiedenken. Hier wird der Teilnehmer mit den Zusammenhängen zwischen den Energiezentren, dem Körper, den Organen, den Planetenkräften und ihrer Bedeutung für die sieben Jahreszyklen des Menschen vertraut gemacht. Die medizinischen Grundlagen der Anatomie, Physiologie und Pathologie und ihre seelisch-geistigen Bedeutungen sind weitere Themenschwerpunkte in der Ausbildung.

## Praxis

Die Hälfte der Ausbildungszeit besteht aus einer intensiven gemeinsamen Asana-Praxis. Wir verstehen die Asana-Praxis nicht nur als eine Körperübung, sondern als Bewusstseins-schulung und Weg zur Selbsterkenntnis. Alle Asanas werden im Detail vorgestellt und studiert, um eine genaue Anleitung und Korrektur zu gewährleisten.

## Ausbildungsdauer

Die Ausbildung beinhaltet 500 Stunden, die sich über zwei Jahre verteilen. Die Studienblöcke sind zwischen 3-4 Tage lang und finden ca. alle 6-8 Wochen an Wochenenden statt. Ein intensives gemeinsames Lernen und Praktizieren wird dadurch möglich. Die Ausbildung ist berufsbegleitend.



## Anerkennung

Die Ausbildung ist von den gesetzlichen Krankenkassen und dem BdfY e.V. (Berufsverband der freien Yogalehrer und Yogatherapeuten e.V.) anerkannt. Nach bestandener Prüfung wird das „Zertifikat zum/zur Yogalehrer/in der Yoga Akademie Freiburg“ ausgehändigt.