



yogasaram®

Basis Ausbildung Yogatherapie 2024 – 2025

Mit R. Sriram als Gastdozent

Yogatherapie – Die Kunst des tiefergehenden Yogaunterrichts

In der yogasaram® Yogatherapie-Ausbildung geht es vor allem um Yoga-Einzelunterricht für Klienten mit unterschiedlichen Beschwerden. Viele Menschen mit Beschwerden kommen aber auch in den Gruppenunterricht. Die Ausbildung befähigt Yogalehrende, auch ihren Gruppenunterricht wesentlich flexibler zu gestalten, und gibt ihnen die Sicherheit, herausfordernden Gegebenheiten gerecht zu werden.

Die Ausbildungsteilnehmer lernen mehr als nur anatomisch und atemphysiologisch korrektes Anleiten. Sie erarbeiten sich:

- das wichtigste medizinische, psychologische, ayurvedische und yogatherapeutische Wissen, um den einzelnen Menschen umfassend und ganzheitlich begleiten zu können.
- die Kompetenz der differenzierten Anwendung von āsanas, prāṇāyāmas und Meditations-techniken mit einer funktionalen Sicht auf den Körper, einer energetischen Sicht auf den Atem und einer strukturierenden Sicht auf den Geist.

Die Ausbildung schöpft aus der Tiefe der Yogaphilosophie und legt einen besonderen Schwerpunkt auf die Synthese von Yoga, Medizin und Psychosomatik.

Umfang:	2 Jahre (300 UE) – aufgeteilt in 16 Module (Wochenendseminare) und 8 Einzelstunden, zzgl. 90 UE Homestudy
Start:	27. Januar 2024
Anmeldeschluss:	30. November 2023
Ausbildungsort:	yogasaram® im Tanzstudio Morgenstern, 60435 Frankfurt am Main
Dozenten:	Jürgen Slisch und Team, R. Sriram als Gastdozent
Kosten:	3.970,- EUR Seminargebühr (bei Einmalzahlung) 4.100,- EUR Seminargebühr (bei Zahlung in 2 Raten) bzw. 4.230,- EUR Seminargebühr (bei Zahlung in 4 Raten) jeweils zzgl. 800,- EUR für 8 Einzelstunden und 220,- EUR Prüfungsgebühr
Voraussetzungen:	<ul style="list-style-type: none">• Abgeschlossene Yogalehrausbildung (mindestens 500 UE)• Yoga-Unterrichtserfahrung• Schriftliche Bewerbung• Stabiles Persönlichkeitsprofil• Persönliches Aufnahmegespräch
Zielgruppe:	Yogalehrende, die Menschen mit unterschiedlichen Beschwerden in verschiedenen Settings und / oder interdisziplinären Kontexten yogatherapeutisch begleiten möchten.
Teilnehmerzahl:	Mindestens 12 / maximal 24 Teilnehmer/innen
Abschlussprüfung:	Schriftliche Prüfung und eine Fallbesprechung
Abschlusszertifikat:	Yogatherapie-Ausbildung Basic yogasaram®
Ziel der Ausbildung:	Kompetenzerweiterung zum therapeutischen Yoga-Einzelunterricht
Anmeldung:	Bei Cornelia Slisch – cornelia@yogasaram.de

Wichtige Hinweise

Yogatherapie ersetzt keine ärztliche und psychotherapeutische Diagnose und Behandlung, sondern versteht sich als unterstützendes und ergänzendes Verfahren.

Der Abschluss dieser Ausbildung autorisiert **nicht** zur Ausübung der Heilkunde, soweit diese Autorisierung nicht anderweitig besteht (z. B. Medizinstudium, Heilpraktiker-Prüfung, o. ä.).

Hauptbausteine der Ausbildung // Anatomie – Krankheitsbilder – Philosophie

1. Grundlagen der Anatomie – Grundprinzipien der Bewegung

Yogatherapie – Therapeutischer Ansatz im Einzelunterricht

Für den therapeutischen Einzelunterricht bei einschränkenden Befindlichkeiten ist es erforderlich, das Potenzial der āsanas sehr genau zu kennen und zu wissen, welche kleinsten Veränderungen dem Klienten dienlich sind. Das wird in der Ausbildung gelehrt und geübt.

Lehrinhalte:

- Vertiefende Anatomie von Rücken, Schulter-Arm-Hand-Bereich und Hüft-Bein-Fuß-Bereich
- Anatomisch korrektes Anleiten und Üben unter Berücksichtigung funktioneller Aspekte
- Haltungs- und Bewegungsanalyse / Endokrines System (Hormone) / Neuronales System

2. Grundlagen der Krankheitsbilder – somatisch-psychosomatisch/psychisch-psychosomatisch

Yogatherapie – Interdisziplinäres Heilen statt Kurieren von Symptomen

Was die Yoginis und Yogis schon vor 2.500 Jahren wussten, bestätigt heute die Hirnforschung: Körper, Bewegung, Atmung und Geist hängen eng zusammen und bedingen einander. Es gilt, individuelle Beschwerden auf diese Weise wahrzunehmen, um Veränderungen hin zum Positiven zu ermöglichen. In unserer Ausbildung vereinen wir die körperbezogenen Ansätze aus dem Yoga und Ayurveda mit Ansätzen aus Schulmedizin, Psychologie, Philosophie und den Weisheitslehren des Yogasūtra und der Upaniṣaden.

Lehrinhalte:

- Formen von Belastungen, Erlebnisbearbeitungen und Präventionsmöglichkeiten
- Formen des körperlichen Ausdrucks einschränkender Befindlichkeiten
- Formen der Betrachtungsweise aus medizinischer und ayurvedischer Sicht

3. Grundlagen der Philosophie – mentale, emotionale und energetische Bereiche

Yogatherapie – Therapeutische Philosophie und Pädagogik

Der Geist ist der dominierende Bereich im Körper-Atem-Geist-Komplex des Menschen. Denk-, Fühl- und hieraus resultierende Handlungsmuster haben hier ihren Ursprung. Ein konstruktiver Umgang mit diesen menschlichen Anteilen lässt sich übend lernen.

Lehrinhalte:

- Vertiefendes Verständnis des Geistes und Möglichkeiten zur Entwicklung (u. a. Prāṇāyāma)
- Yogatherapeutische Tools zur Ursachenerforschung / Gesprächsführung
- Ansatzpunkte strukturierter Geistesschulung / therapeutische Philosophie

Termine:	Modul 1	27./28. Januar 2024
	Modul 2	9./10. März 2024
	Modul 3	20./21. April 2024
	Modul 4	22./23. Juni 2024
	Modul 5	28./29. September 2024
	Modul 6	26./27. Oktober 2024
	Modul 7	16./17. November 2024
	Modul 8	14./15. Dezember 2024
	Modul 9	18./19. Januar 2025
	Modul 10	22./23. Februar 2025
	Modul 11	22./23. März 2025
	Modul 12	17./18. Mai 2025
	Modul 13	28./29. Juni 2025
	Modul 14	13./14. September 2025?
	Modul 15	18./19. Oktober 2025?
	Modul 16	22./23. November 2025?

Seminarzeiten: Wochenende: Samstag, 9:30 – 20:00 Uhr und Sonntag, 9:30 – 17:00 Uhr
Seminarort: Tanzstudio Morgenstern, Eckenheimer Landstraße 318, 60435 Frankfurt a. M.

Ausbildungsleitung



Jürgen Slisch (Dipl.-Ing. für Architektur und Städtebau TU München / Philosoph)

- Yogalehrer BDY/EYU
- Yogatherapeut (Ausbildung bei T.K.V. Desikachar / Chennai, Indien)
- Leiter der Yogaschule yogasaram® in Frankfurt am Main und Gelnhausen
- Autorisierter Ausbilder für Yogalehrende (durch T.K.V. Desikachar)
- Yogalehrer des Yogawegs (www.yogaweg.de)
- In laufender Weiterbildung bei R. Sriram (seit mehr als 20 Jahren)
- Ayurveda-Berater (Ausbildung bei Dr. E.P. Jeevan B.A.M.S.)
- Vorstandsmitglied der DeGYT (Deutsche Gesellschaft für Yogatherapie)

Dozent:innen Team / Profile

(Alle Dozent:innen sind Yogalehrende BDY/EYU mit langjähriger Unterrichtserfahrung)

Jürgen Slisch – Leitung, Ausbildung zum Yogatherapeut, Yoga Teacher Trainer

Yogatherapie, Yogaphilosophie, Philosophie, Haṭha-Yoga, Prāṇāyāma, Meditation

R. Sriram – Gastdozent

Cornelia Slisch – stellvertretende Leitung, Ausbildung zum Yogatherapeut, Yoga Teacher Trainer

Yogatherapie, Haṭha-Yoga, Yoga Prenatal, Prāṇāyāma

Dr. Corina Aguilar-Raab – Dipl. Psychologin

Psychologie, Somatik, Psychosomatik, medizinische Krankheitsbilder

Dr. Melanie Klingler – Promovierte Veterinärmedizinerin, Medizinjournalistin für Humanmedizin

Anatomie, Physiologie, medizinische Krankheitsbilder

Dagmar Dührsen – Heilpraktikerin

Ayurveda, medizinische Krankheitsbilder

Ausführliche Infos zu den Dozent:innenprofilen unter <http://yogasaram.de/team>

Ausbildungsprogramm / 1. Jahr

Modul 1 // 27./28. Januar 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Einführung / Jürgen, Cornelia

- Was ist Yogatherapie? / Rechtliche Grundlagen
- Yogatherapeutenrolle, Interaktion und Kommunikation
- Yogatherapie, Ursache und Wirkung, Symptom und Krankheit

Modul 2 // 9./10. März 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Grundlagen / Jürgen, Cornelia

- Körperstrukturen und Bewegungsmuster / Polarität und dynamische Balance
- Subjektivität und Objektivität / Krankheitsbild und Befinden, Zustand

Modul 3 // 20./21. April 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Anatomie und Yoga-Tools / Melanie 1, Jürgen, Cornelia

- **Anatomie I:** Vertiefende Anatomie des Rückens und Grundprinzipien der Bewegung

Modul 4 // 22./23. Juni 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Krankheitsbilder I / Corina 1, Jürgen

- Krankheitsbilder aus medizinischer Sicht
- Einführung: Prävention, Gesundheit-Krankheit (-modelle) und Stress

Modul 5 // 28./29. September 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Krankheitsbilder II / Corina 2, Jürgen

- Allgemeine und lebensverkürzende Krankheiten, psychische Belastung
- Interventionsmöglichkeiten, Therapie

Modul 6 // 26./27. Oktober 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Yoga-Tools / Jürgen, Cornelia

- Der Mensch – systemrelevante Gesetzmäßigkeiten
- Observation und āsana, prāṇāyāma, Rezitation

Modul 7 // 16./17. November 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Anatomie und Yoga-Tools / Melanie 2, Jürgen

- **Anatomie II:** Anatomisch korrektes Üben unter Berücksichtigung funktionaler Aspekte

Modul 8 // 14./15. Dezember 2024

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Ayurveda I / Dagmar 1, Jürgen

- Ernährung aus ayurvedischer und yogatherapeutischer Sicht

Ausbildungsprogramm / 2. Jahr

Modul 9 // 18./19. Januar 2025

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Ayurveda II / Dagmar 2, Jürgen

- Krankheitsbilder aus ayurvedischer Sicht

Modul 10 // 22./23. Februar 2025

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Yoga-Tools / Jürgen, Cornelia

- Yoga-Tools: Individualität und Komplexität
- Observation und āsana, prāṇāyāma, Rezitation

Modul 11 // 22./23. März 2025

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Ayurveda III / Dagmar 3, Jürgen, Cornelia

- Psychologische Themen aus ayurvedischer Sicht

Modul 12 // 17./18. Mai 2025

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Psychologie / Corina 3, Jürgen

- Krankheitsbilder aus psychologischer Sicht
- psychische, psychosomatische Störungen

Modul 13 // 28./29. Juni 2025

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Fallbeispiele / Jürgen, Cornelia

- Fallbesprechungen: Krankheitsbilder aus yogatherapeutischer Sicht

Modul 14 // 13./14. September 2025?

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Yogatherapeutische-Tools / Melanie 3, Jürgen, Cornelia

- Prāṇāyāma, Meditation, Rezitation
- Fallbesprechungen

Modul 15 // 18./19. Oktober 2025?

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Meditation // Jürgen, Cornelia

- Yogatherapie: Meditation
- Fallbesprechungen: Planung, Unterricht, Dokumentation

Modul 16 // 22./23. November 2025?

Wochenendseminar (2 Tage / Samstag – Sonntag)

Philosophie und Prüfung // Jürgen, Cornelia

- Therapeutische Philosophie
- Zusammenfassung / Prüfung, Abschluss

Änderungen vorbehalten // Stand: 01.09.2023