



yogasaram®

## Ausbildung im Modulsystem

### Modul 1

Start: 11. Mai 2024

Dauer:	1 Jahr / 7 Wochenenden und eine Seminarwoche (Retreat)
Unterrichtseinheiten:	260 UE à 45 Minuten (200 Präsenz- und 60 Homestudy-Unterrichtseinheiten)
Voraussetzungen:	1 Jahr Yogapraxis; Neugierde und Bereitschaft zur intensiven eigenen Yogapraxis inklusive Einzelunterricht
Inhalte:	Theorie und Praxis von Asanas und Pranayama; Anleitung von einfachen Bewegungsabläufen und Übungsreihen nach ganzheitlichen Gesichtspunkten; 4 Einzelstunden
Kosten:	2.940,- EUR inkl. 4 Einzelstd. (100,- EUR/Std.) zzgl. Prüfungsgeb. 200,- EUR
Abschlusszertifikat:	Yogakursleiter/in <b>yogasaram®</b> Dieses Modul kann auch ein Einstieg in die BDY-Ausbildung sein und darauf angerechnet werden.

### Modul 2

Dauer:	1,5 Jahre / 8 Wochenenden und zwei Seminarwochen (Retreats)
Unterrichtseinheiten:	400 UE à 45 Minuten (300 Präsenz- und 100 Homestudy-Unterrichtseinheiten)
Voraussetzungen:	Modul 1 oder vergleichbare Ausbildungen
Inhalte:	Theorie und Praxis von Asanas, Pranayama und Meditation; Anleitung von komplexen Übungsreihen und einfachen Meditationen sowie das Gestalten von Yogakursen nach ganzheitlichen Gesichtspunkten; 10 Einzelstunden
Kosten:	4.990,- EUR inkl. 10 Einzelstd. (100,- EUR/Std.) zzgl. Prüfungsgeb. 200,- EUR
Abschlusszertifikat:	Yogalehrer/in Basic <b>yogasaram®</b>

### Modul 3

Dauer:	1,5 Jahre / 12 Wochenenden und eine Seminarwoche (Retreat)
Unterrichtseinheiten:	400 UE à 45 Minuten (300 Präsenz- und 100 Homestudy-Unterrichtseinheiten)
Voraussetzungen:	Modul 1 und 2 oder vergleichbare Ausbildungen
Inhalte:	Theorie und Praxis von Asanas, Pranayama und Meditation; Kursplanung nach ganzheitlichen Gesichtspunkten für Gruppen- und Einzelunterricht sowie das Anpassen der Übungen an die individuellen Möglichkeiten der Gruppenteilnehmer; 10 Einzelstunden
Kosten:	4.990,- EUR inkl. 10 Einzelstd. (100,- EUR/Std.) zzgl. Prüfungsgeb. 440,- EUR
Abschlusszertifikat:	Yogalehrer/in <b>yogasaram®</b>

Stand: 31. Januar 2024 / Änderungen vorbehalten.