

Informationsabend

Fr. 22.03.2019 18:00 Uhr (L56201N)
Yogaforum Hannover
Rumannstr. 15, 30161 Hannover
Anmeldung unter 05121 9361-461
gebührenfrei

Die Fortbildung findet in Kooperation mit der VHS Hannover und dem Forum Gesundheit und Bildung e.V./Yogaforum Hannover statt.

Unterrichtsorte

Yogaforum Hannover
Rumannstr.15, 30161 Hannover

VHS Hildesheim
Regionalbüro Sarstedt
Wellweg 39, 31157 Sarstedt

Lehrgangsbeginn

Sa. 25.05.2019 um 09:00 Uhr
Yogaforum Hannover
Rumannstr.15, 30161 Hannover

Unterrichtszeiten

freitags 17:00 – 20:30 Uhr
samstags 9:00 – 18:30 Uhr
sonntags 9:00 – 16:00 Uhr

Kursgebühr

Die Kursgebühr beträgt 2.250,- € zuzügl. einer Prüfungsgebühr von 150,- €
(Ratenzahlung oder Ermäßigung ist nach Absprache möglich)

Informationen und Beratung

Ansprechpartner

Regionalbüro Sarstedt
Wellweg 39, 31157 Sarstedt

Programmbereichsleitung

Edda Klukkert
Tel.: 05121 9361-451
klukkert@vhs-hildesheim.de

Sachbearbeitung

Claudia Reinecke
Tel.: 05121 9361-461
reinecke@vhs-hildesheim.de

Volkshochschule Hildesheim

Geschäftsstelle Hildesheim

Pfaffenstieg 4-5, 31134 Hildesheim
Fax: 05121 9361-199

Geschäftsstelle Alfeld

Antonianger 6, 31061 Alfeld
Fax: 05121 9361-399

Anmeldung unter **05121 9361-111**
oder unter anmeldung@vhs-hildesheim.de

www.vhs-hildesheim.de



YogalehrerIn
Ausbildung
Berufsbegleitender
Lehrgang
ab 25.05.2019

YogalehrerIn - Ausbildung (VHS)

Diese Ausbildung zum/zur YogalehrerIn (VHS) beruht auf dem Wissen des klassischen Hatha Yoga in Verknüpfung mit der indischen Gesundheitslehre des Ayurveda. Dieses eigenständige Konzept des traditionellen Yoga wird verbunden mit modernem Wissen der Medizin, der Psychologie und der Gesundheitsförderung.

Die Ausbildung ist auf die Belange der Menschen in der heutigen Zeit ausgerichtet.

Ein Schwerpunkt liegt auf der fundierten Methodik und Didaktik für den Yogaunterricht. Sie erlernen eine präzise Praxis der Yogahaltungen und Atemübungen und diese alltagsbezogen zu reflektieren und anzuwenden. Ziel ist es mehr psychosomatisches Gleichgewicht herzustellen und mehr Eigenkompetenz zu erlangen. Der persönliche Lernprozess und der eigene Yoga-Übungsweg stehen im Vordergrund und werden intensiv begleitet, um einen individuellen Lern- und Lehrstil entwickeln zu können.

Zielgruppe und Voraussetzungen

Diese Ausbildung wendet sich an Menschen, die über praktische Yogaerfahrung verfügen und bereit sind, regelmäßig Yoga zu praktizieren und zu erlernen. Ein Mindestalter von 25 Jahren und eine abgeschlossene Berufsausbildung sollten vorhanden sein. Sie verfügen über Erfahrungen mit Menschen, sind kommunikationsbereit und belastbar.

Lernziele/Erlernte Fachkompetenzen

Die TeilnehmerInnen dieser Fortbildung erwerben praktische und theoretische Kenntnisse in Hatha Yoga, die sie befähigen, eigenständig und kompetent Yoga zu unterrichten.

- Sie kennen Methoden aus dem Hatha Yoga und dem Marmayoga, die sie fachgerecht anwenden und teilnehmerorientiert vermitteln können.

- Sie haben Kenntnisse aus Medizin, Psychologie, Philosophie und Unterrichtsgestaltung, die einen fundierten Yogaunterricht ermöglichen.

Inhalte

- Hatha Yoga in Theorie und Praxis
- Einführung in Marmalehre
- Medizinische Grundlagen
- Psychologische Grundlagen
- Philosophie
- Methodik und Didaktik des Yogaunterrichts
- Unterrichtspraktikum
- Berufsorientierung

Abschluss / Prüfung

- regelmäßige Teilnahme (min. 80%)
- Schriftliche Hausarbeit
- Praxis-Lehrprobe
- Abschlusskolloquium

Zertifikat

Der erfolgreiche Abschluss wird mit dem Zertifikat von vhsConcept des Landesverbandes der Volkshochschulen Niedersachsens und des Forums Gesundheit und Bildung e.V. bescheinigt.

Dauer

300 Unterrichtsstunden Präsenzunterricht und Zeit für das Selbststudium über einen Zeitraum von ca. 1,5 Jahren

Fortbildungsleitung



Jörg Ahlff

Lehrgangsleitung, Soziologe, Gesundheitspädagoge (IPSG), Yogalehrer und Dozententeam

Aufwendungen für Ihre berufliche Weiterbildung können steuerlich geltend gemacht werden.

Fragen Sie Ihr Finanzamt!

Nutzen Sie die **Bildungsprämie** (50% der Kursgebühr, max. 500,- €) und lassen Sie sich bei uns beraten!

Renate Klute Tel. 05121 9361-254

