

Fortbildungen für Yogalehrende

Anatomie · Unterrichtsmethodik · therapeutisches Yoga · Pranayama ·
traumasensible Praxis

Institut für Yoga & Ayurveda · Waldkirch · Präsenz und online über Zoom

Diese Fortbildungen richten sich an Yogalehrerinnen, Yogalehrer und Lehrende in Ausbildung, die ihre Unterrichts-kompetenz gezielt vertiefen möchten. Die einzelnen Module können unabhängig voneinander besucht werden. Gemeinsam bilden sie eine umfassende Vertiefung für klareren, sichereren und differenzierteren Yogaunterricht.

Wochenendmodule: 12,5 Stunden (17 UE)	260 € Präsenz · 180 € Online	10 % Rabatt bei gleichzeitiger Anmeldung zu zwei oder mehr Fortbildungen
--	-------------------------------------	---

Termin	Fortbildung	Kurzbeschreibung
26.09. – 27.09.2026	Funktionelle Anatomie im Yogaunterricht, Teil 1	Bewegungsapparat: Strukturen, Funktionen und Relevanz für die Asana-Praxis. Mit 3D-Visualisierungssystem aus der medizinischen Ausbildung.
10.10. – 11.10.2026	Funktionelle Anatomie im Yogaunterricht, Teil 2	Vertiefung, funktionelle Zusammenhänge, typische Bewegungsmuster und Anwendung anatomischen Wissens im Unterricht.
14.11. – 15.11.2026	Therapeutisches Yoga für unteren Rücken, Becken und Hüfte	Fokussiertes Fortbildungswochenende zu Rückenbeschwerden, Hüftthemen, Becken, Hilfsmitteln und individueller Anpassung.
16.01. – 17.01.2027	Die Kunst des Unterrichtens, Modul 1: Präzise unterrichten	Struktur, Sprache und Präsenz im Yogaunterricht. Verfeinerung von Stimmführung, Vorzeigen, Körpersprache und klaren Anweisungen.
13.02. – 14.02.2027	Die Kunst des Unterrichtens, Modul 2: Sequencing und Beobachtung	Haltungen sinnvoll verbinden, Schüler*innen genauer sehen lernen und Hilfsmittel gezielter einsetzen.
13.03. – 14.03.2027	Die Kunst des Unterrichtens, Modul 3: Die Kunst des Korrigierens	Berührung, Beobachtung und Hilfsmittel im Yogaunterricht. Online-Teilnahme hier vor allem als Beobachtungsteilnahme.
10.07. – 16.07.2027	Therapeutisches Yoga für Yogalehrende	7-tägige Intensiv-Fortbildung zu Beschwerden des Bewegungsapparats sowie organischen, neurologischen, hormonellen und psychischen Themen.
09.10. – 10.10.2027	Pranayama unterrichten	Praxis, Methodik und sichere Anleitung. Vorbereitung, Positionierung, Hilfsmittel, Aufbau und klare sprachliche Vermittlung.
22.01. – 23.01.2028	Traumatasensibler Yogaunterricht	Emotionale Prozesse, besondere Bedürfnisse und komplexe Unterrichtssituationen. Sensibler, klarer und verantwortungsvoller unterrichten.

Hinweise

- Alle Wochenendmodule können sowohl in Präsenz als auch online über Zoom besucht werden. Für die Online-Teilnahme nutzen wir hochwertige Kamera- und Tontechnik.
- Bei körperbezogenen und stark praxisorientierten Modulen wird die Teilnahme in Präsenz besonders empfohlen.
- Die 7-tägige Intensiv-Fortbildung Therapeutisches Yoga hat eine eigene Preisstruktur: 780 € Präsenz / 560 € Online.

Mehr Informationen und Anmeldung: www.institut.yoga

Alex Fraim · Institut für Yoga & Ayurveda · info@institut.yoga