

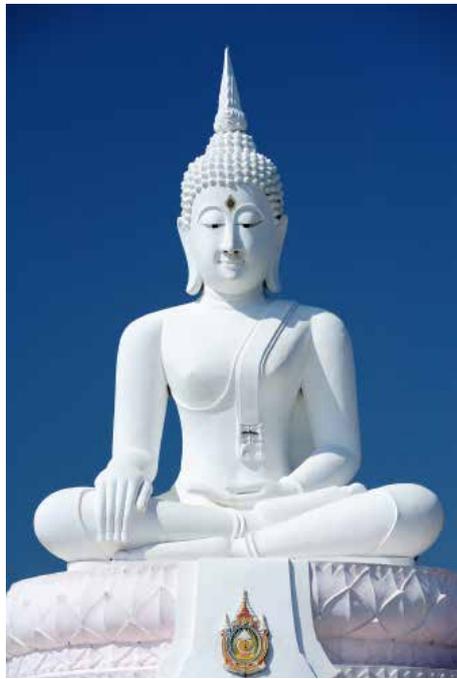
YOGA

BILDUNGSPROGRAMM 2017/18

SEMINARE
AUSBILDUNGEN
WEITERBILDUNGEN



www.yogaakademie-austria.com



Gesundheit ist Reichtum
Geistiger Friede ist Glück
Yoga zeigt den Weg

Glücklich sein heißt,
innerlich loslassen
zu können



Ein meditierender Geist
ist wie ein stiller See



Liebe Yoga-Freundin, lieber Yoga-Freund!

Yoga ist ein ganzheitliches und umfassendes System, das über viele Jahrhunderte, ja Jahrtausende entwickelt und erprobt wurde. Wird Yoga bewusst und in der rechten Weise angewendet, so gibt es wohl keinen Menschen auf diesem Planeten, der nicht auf allen Ebenen seines Lebens enorm von Yoga profitieren kann – gesundheitlich, beruflich, sozial, persönlich und spirituell. Der Gedanke, einen ganzheitlichen Yoga zu leben und weiter zu geben, bildet die Grundlage der Aktivität der Yoga-Akademie Austria. Unsere Seminar- und Ausbildungsleiter/innen unterrichten nicht nur Ganzheitlichen Yoga, sie leben und praktizieren ihn auch in ihrem täglichen Leben.

Wir von der Yoga-Akademie Austria fühlen die Kraft und das Potential des Ganzheitlichen Yoga, eines Yoga, der das tägliche Leben durchdringt und erfüllt, und wir wünschen uns, dass viele Menschen von dieser Kraft profitieren. Wir veranstalten in ganz Österreich professionelle und inspirierende Seminare und Ausbildungen rund um Yoga, Meditation, Gesundheit und Ayurveda. Für ausgebildete Yogalehrer/innen gibt es ein umfassendes Weiterbildungsprogramm, das alle Aspekte und Bereiche des Yoga umschließt.

In dieser Broschüre stellen wir dir die verschiedenen Seminare, Aus- und Weiterbildungen vor. Außerdem findest du empfohlene Bücher, die die Grundgedanken und Techniken des Ganzheitlichen Yoga klar und praxisnah beschreiben.

Wir freuen uns, wenn die Yoga-Akademie Austria dich mit diesem Bildungsangebot ein Stück auf deinem Yoga-Weg begleiten darf!

Herzliche Grüße

Arjuna P. Nathschläger
und das Team der Yoga-Akademie Austria



Hinweis

Bitte beachte, dass die vorliegende Broschüre eine Momentaufnahme unseres Bildungsprogramms per August 2017 ist. Aufgrund unserer Bemühungen, unser Angebot ständig zu verbessern, kann es sein, dass einige Informationen zu einem späteren Zeitpunkt nicht mehr aktuell sind. Den aktuellen Letztstand unserer Aus- und Weiterbildungen findest du auf www.yogaakademie-austria.com (Aus- und Weiterbildungen) und auf www.yogaseminare-austria.com (Seminare)

Inhalt

Yoga-Seminare	
Gesund mit Yoga	4
Einführung in Vastu	5
Yoga fürs Leben	6
Yoga-Ausbildungen	
Überblick	8
Yogalehrer-Ausbildung	9
Kinder-Yoga	11
Nuad	12
Ayurveda	13

Weiterbildungen für Yogalehrer	
Gesundheits-Yoga	14
Meditationslehrer-Ausbildung	15
Yoga für Schwangere	16
Yoga für Senioren	17
Großer Asana-Zyklus	18
Partner-Yoga	19
Yogalehrer-Tag	20
Selbstständig mit Yoga	21
Allgemeines zur Teilnahme	
Yoga-Bücher	23
Unser Team	26

Ferienseminar „Gesund mit Yoga“

Studienurlaub

Dieses Seminar verbindet Freizeit und Erholung mit dem aktivem Lernen, wie du deine Gesundheit selbst in die Hand nehmen kannst. So kehrst du nicht nur erholt, sondern auch inspiriert und mit vielen Anregungen und Übungstechniken aus deinem persönlichen „Studienurlaub“ zurück.

Das Seminar findet in einem speziell ausgewählten Hotel statt, das vielfältige Freizeitmöglichkeiten für die ganze Familie bietet. Morgens und abends gibt es Vorträge und Übungseinheiten, tagsüber kannst du entspannen und in der Natur die Freizeit genießen.

Das Seminar

In diesem Seminar lernst du, wie du durch deine persönliche Yoga-Praxis Krankheiten effektiv vorbeugen kannst. Wie und wodurch entstehen Krankheiten? Was geschieht dabei im Körper? Welche Rolle spielt der Geist? Auf welche Weise kann Yoga helfen?

Wir vermitteln eine große Zahl von Yoga-Techniken, die die natürliche Heilkraft des Körpers wirksam unterstützen können.

- ▶ Kennenlernen der Funktionskreise (Stützapparat, Gelenke, Atmung, Verdauung, Kreislaufsystem) und möglicher Fehlfunktionen
- ▶ Übungen und Sonnengruß für den Rücken (bei Problemen z.B. in Hals- oder Lendenwirbelsäule)
- ▶ Übungen für Hüften und Knie
- ▶ Verbesserung der Körperhaltung
- ▶ Den vollen Atem (wieder) entdecken
- ▶ Yoga für Herz & Kreislauf: Übungen zur Stärkung des Kreislaufs, Hilfe bei Bluthochdruck und Venenproblemen
- ▶ Psychisches Wohlbefinden: Mit Achtsamkeitstechniken und Yoga-Übungen Stress, Depression und Burnout entgegenwirken

Leitung

Dr. Gilda Wüst ist therapeutische Yoga-Lehrerin, Meditationslehrerin sowie Aus- und Weiterbildungsleiterin in den Bereichen Gesundheit, Meditation und Senioren-Yoga.



„Ich sehe Yoga und Meditation als geniale Möglichkeiten, in einem geschützten Rahmen Achtsamkeit, Loslassen und das Vertrauen in meine innere Führung zu üben, meine Grenzen anzunehmen und völlig gegenwärtig zu sein. Und so sind sie für mich eine Quelle der Freude, sowohl im Moment des Übens, als auch im täglichen Leben.“

Form und Umfang

7 Seminartage, Details siehe www.yogaakademie-austria.com

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 490,- inkl. MWSt.

Buchung und Zahlung des Aufenthalts im Hotel ist direkt mit dem Hotel abzuwickeln.

Voraussetzungen

keine

Dokumentation

Du erhältst ein ausführliches Skriptum

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com

0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Seminar „Einführung in Vastu“

Vision und Ziel

Die Lehre des Vastu ist ein zeitloses altindisches Wissen. Vastu wird oftmals als indisches Pendant zum Feng Shui oder Urmutter des Feng Shui bezeichnet.

Mit Hilfe der Werkzeuge, die uns Vastu zur Verfügung stellt, gelingt es, Räume zu schaffen, die das Wohl, die Gesundheit und die positive Entwicklung der Bewohner unterstützen.

Die Gelehrten im alten Indien haben sich intensiv mit den Kräften beschäftigt, die auf und im Besonderen in einem Gebäude wirken. Sie beschrieben in den Prinzipien des Vastu, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, wie also ein Gebäude beschaffen sein muss, dass es mit den Kräften der Natur arbeitet und nicht gegen sie. Sie beschrieben, wie diese Kräfte positiv und zum Wohle der Bewohner genutzt werden können.

Die Vastu-Prinzipien sind universal anwendbar, ob im Privatbereich, bei der Gestaltung bzw. Optimierung eines einzelnen Zimmers bis zum Hausbau oder der Gartengestaltung, bei öffentlichen Gebäuden, Firmengebäuden und sogar ganzen Städten.

Wir erarbeiten in diesem Seminar die wichtigsten theoretischen Grundprinzipien und du lernst sie gleich praktisch anzuwenden. Du erfährst, welche Auswirkungen Vastu-Defekte haben können und welche einfachen Korrekturmaßnahmen bestehende Defekte ausgleichen. Wir werden gemeinsam Räume erspüren und bewerten, beurteilen mitgebrachte Grundrisse und lernen die Vastu-Korrekturwerkzeuge optimal einzusetzen, um bestehende Defekte zu beheben.

Die Inhalte

- ▶ Grundlagen und –prinzipien des Vastu
- ▶ Kriterien bei der Grundstücksauswahl
- ▶ Grundprinzipien bei der Gebäudeplanung
- ▶ Ideale Raumverteilung
- ▶ Vastugemäßes Einrichten
- ▶ Einfache Korrekturwerkzeuge
- ▶ Praxis: Bewertung und Korrektur des eigenen Wohn- bzw. Geschäftsraumes

Leitung

Iris Halbweis-Weiland ist Ayurveda-Wohlfühlpraktikerin, Yoga-Lehrerin (RYS 200), Diplom Vastu-Beraterin und Journalistin. Sie führt eine eigene Ayurveda-Praxis in Natschbach/Neunkirchen.



„Ayurveda und Yoga sind seit vielen Jahren unverzichtbare Bestandteile meines persönlichen und privaten Lebens. Das geniale Zusammenwirken dieser beiden jahrtausendealten Wissenschaften fasziniert und begeistert mich jeden Tag aufs Neue.“

Form und Umfang

1 Seminartag, Details siehe www.yogaakademie-austria.com

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 90,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

keine

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office2@yogaakademie-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13 - 16 Uhr)



Yoga fürs Leben - ein neuer Yoga-Weg

Vision und Ziel

Der Mensch bewegt sich in seinem Leben auf eine bestimmte Weise, die er von Kindheit an beobachtet und „lernt“ – im Modus des Verlangens und der Ablehnung, der Kontrolle und des Kampfes, im Modus des Ego. Dieser Modus, der immer wieder Leiden, Stress und Krankheit mit sich bringt, ist auf allen Ebenen des menschlichen Lebens wirksam: In der Erziehung und Ausbildung, im Beruf und in der Freizeit, in Medien, Wissenschaft, im Gesundheitswesen, oft sogar in der Spiritualität. Wir leben seit vielen Jahren auf diese Weise und sie ist uns so tief eingepägt, dass sie uns ganz natürlich erscheint. Den meisten Menschen ist gar nicht bewusst, dass es zu diesem geistigen Modus eine Alternative gibt – den mit Freude, Leichtigkeit und Gesundheit verbundenen Weg der Stille und Bewusstheit.

Die zwei Wege

Der Weg des Leidens – er entspricht unserer gewohnten und erlernten Lebensweise und besteht aus Kampf, Widerstand und dem Wunsch nach Kontrolle.

Der Weg der Freude ist die dem Menschen gemäße und natürliche Lebensweise; sie besteht aus Vertrauen, Stille und Bewusstheit.

Es bedarf sowohl eines Bewusstmachens dieser Alternative als auch eines Trainings, eines „Umprogrammierens des Geistes“, um den Weg der Freude als die dem Menschen gemäße und natürliche Lebensweise leben zu können. Dies ist das Ziel der Seminarreihe „Yoga fürs Leben“.

„Yoga fürs Leben ist ein kompaktes, alltagstaugliches und einzigartiges Praxissystem, das die Funktion des menschlichen Geistes und seine Bedeutung für Freude, Leid, Gesundheit und Krankheit in einfachen und verständlichen Worten erklärt und dem Menschen einen Schlüssel zur Daseinsfreude und Befreiung von Leid in die Hände legt. Es vermittelt die wirksamsten Techniken aus dem jahrtausendealten und von unzähligen Generationen geprüften Erfahrungsschatz des Yoga in Theorie und Praxis und dabei vollkommen frei von kulturellen und religiösen Bindungen.“

Die Techniken des Yoga fürs Leben beschränken sich nicht auf Körperübungen, sondern nutzen bewegte und stille Meditationen, Atemtechniken und eine Vielzahl von Alltagsübungen, um den Suchenden Schritt für Schritt in ein von Freude und Sinn erfülltes Leben zu begleiten.“

Dr. Gilda Wüst

Entwicklung Yoga fürs Leben-System



Form und Umfang

Die gesamte Schulung besteht aus 4 Seminaren. Wir empfehlen den Besuch der gesamten Serie, aber die Seminare können auch einzeln besucht werden.

Jedes Seminar umfasst ca. 14 Unterrichtsstunden und findet in einem der folgenden Formate statt:

- Wochenendseminar (Fr+Sa oder Sa + So)
- 2 Einzeltage (z.B. 2 Samstage)
- Abendkurs (z.B. 10 wöchentliche Abendeinheiten zu je 90 min)

Die Details zum gewünschten Seminar findest du auf www.yogaakademie-austria.com

Orte und Termine

Siehe Website www.yogaseminare-austria.com

Kosten

€ 190,- je Seminar

Voraussetzungen

keine

Dokumentation

Zu den Seminaren 1 - 3 erhältst du je ein ausführliches Skriptum

Info und Anmeldung

Die Anmeldung läuft über unsere Kooperationspartner; die Kontaktdaten findest du auf www.yogaseminare-austria.com

Kontakt

office@yogaseminare-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13 - 16 Uhr)



Yoga fürs Leben - ein neuer Yoga-Weg

Die Seminarinhalte

Nr. / Titel	Inhalt
1 yoga.basics	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in die Grundgedanken des Yoga fürs Leben-Systems - Kennenlernen und Üben der Yoga fürs Leben-Übungsreihe und des Yoga fürs Leben-Sonnengrußes - Atem- und Entspannungsübungen
2 yoga.meditation	<ul style="list-style-type: none"> - Einführung in Konzept, Wirkungen und Praxis der Meditation - Meditationstechniken und meditative Sitzstellungen - Meditatives Üben von Asanas und Pranayamas, Einsetzen von Affirmationen und Visualisierungen
3 yoga.gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> - Was ist Gesundheit? Was ist Heilung? Wie kann Yoga in Prävention und Therapie helfen? - Physiologische Grundlagen, Funktionskreise und mögliche Fehlfunktionen - Yoga-Hilfe bei häufigen Krankheiten - Yogische Tipps und Tricks für ein gesundes Leben
4 yoga.praxis	<ul style="list-style-type: none"> - Vertiefung, Wiederholung und Variationen der Yoga fürs Leben-Übungsreihe, des Sonnengrußes und der geistigen Aspekte des Yoga fürs Leben Systems - Die eigene Praxis zusammenstellen

Es wird ab Beginn 2018 Yoga fürs Leben-Seminare an vielen Orten in ganz Österreich geben. Die Seminare werden von ausgewählten und speziell geschulten Yogalehrerinnen und Yogalehrern in Kooperation mit der Yoga-Akademie Austria geleitet.

Die Orte und Termine findest du auf der Website www.yogaseminare-austria.com



Zu den Yoga fürs Leben-Seminaren gibt es eine ausführliche **Broschüre**, die das Konzept und die Inhalte detailliert beschreibt. Du kannst diese Broschüre auf unserer Website kostenlos anfordern.

www.yogaseminare-austria.com



Aus- und Weiterbildungen an der Yoga-Akademie Austria

Für Menschen, die besonders tief in den Geist und die Praxis des Yoga eindringen wollen, sind die Ausbildung zum Yogalehrer / zur Yogalehrerin und die weiterführenden Vertiefungen und Ausbildungen eine wunderbare Möglichkeit, diese älteste spirituelle Tradition der Welt in großer Tiefe kennen zu lernen und zu üben.

Die Yoga-Akademie Austria verfügt über ein fundiertes und umfassendes Ausbildungs-Gesamtkonzept, das über fast 20 Jahre gereift ist und ständig weiter entwickelt wurde. Es ermöglicht dir eine einerseits tiefgehende und alle Aspekte des Yoga abdeckende, andererseits auch eine zeitmäßig und thematisch individuell gestaltbare Ausbildung.

Entsprechend den unterschiedlichen Wünschen und Möglichkeiten gibt es bei der Yoga-Akademie Austria grundsätzlich drei Möglichkeiten der Ausbildung zum/zur Yogalehrer/in:

1. Die 300-Stunden-Grundausbildung (Zertifikat Yogalehrer/in YAA-300)

In dieser im allgemeinen 2 Semester langen Ausbildung lernst du die Grundlagen der Yoga-Philosophie, die wichtigsten Techniken und das professionelle Unterrichten des Yoga in Kursen und Seminaren. Mit dem erfolgreichen Abschluss dieser Ausbildung kannst du dich als Yoga-Lehrer/in selbstständig machen, eine Yoga-Schule gründen und Yoga-Kurse und -Seminare anbieten. Diese Form der Yogalehrer-Ausbildungen wird in fast allen Bundesländern Österreichs angeboten, Ausbildungslehrgänge starten teils halbjährlich, teils jährlich.

2. Die 500-Stunden-Ausbildung in Modulen (Zertifikat Yogalehrer/in YAA-500)

Die Basis dieser erweiterten Ausbildung bildet die 300 Stunden-Grundausbildung. Danach wählst du entsprechend deinem Interesse Weiterbildungsmodule im Umfang von mindestens 200 Stunden. Für das YAA-500-Zertifikat sind die folgenden Weiterbildungen verpflichtend: Gesundheitsyoga-Lehrerausbildung, Meditationslehrer-Ausbildung sowie ein Wochenende aus dem Großen Asana-Zyklus. Die restlichen Stunden kannst du frei zusammenstellen. Es gibt keine zeitliche Begrenzung, deine Ausbildung kann also insgesamt 2 Jahre oder auch länger dauern.

3. Die 500+ Stunden-Ausbildung (Zertifikat Yogalehrer/in YAA-500)

Erstmals ab 2018 gibt es die 2-jährige Yogalehrer-Ausbildung, die alle Elemente der 300-Stunden-Grundausbildung enthält, aber allgemein tiefer in alle theoretischen und praktischen Aspekte des Yoga und des Yoga-Unterrichtens vordringt. Diese Ausbildungsform richtet sich an Menschen, die die Möglichkeiten eines ganzheitlichen spirituellen Übungswegs erschließen und die wichtigsten Techniken, Methoden und geistigen Aspekte des Yoga über einen längeren Zeitraum hindurch vertiefen wollen. Die erste Ausbildung in dieser Form beginnt am 4. Mai 2018 in Guntramsdorf / Niederösterreich.

Weitere Ausbildungen

Neben der Yogalehrer-Ausbildung in den unterschiedlichen Formen gibt es weitere Ausbildungen, die sowohl für Yogalehrer als Weiterbildung interessant sind, als auch von Nicht-Yogalehrern besucht werden können:

- **Ausbildung Kinderyoga-Lehrer/in bzw. -übungsleiter/in** (Seite 11)
- **Ausbildung Nuad-Practitioner** (Seite 12)
- **Ausbildung Ayurveda-Spezialist/in** (Seite 13)



Die Yogalehrer-Ausbildung

Vision und Ziel

Die Lehre und Techniken des Yoga weiter zu geben ist eine der schönsten und erfüllendsten, aber auch verantwortungsvollsten Aufgaben, denen sich ein Mensch stellen kann. Die / der Yoga-Lehrer/in wird zu einer Schlüsselperson, in deren Hand es liegt, Menschen zu wirklichem und dauerhaftem persönlichem Wachstum zu führen.

Yoga zu lehren setzt voraus, Yoga selbst zu leben, zu praktizieren, zu spüren. Die Yogalehrer-Ausbildung ist ein den ganzen Menschen beanspruchendes und transformierendes Ereignis. Sie kann dich über regelmäßiges und intensives Praktizieren und damit verbundene Prozesse der inneren Reinigung, durch wesentliche Einsichten und Erkenntnisse zu einem „Quantensprung der persönlichen Entwicklung“ führen. Die Yogalehrer-Ausbildung ist damit nicht nur eine Berufsausbildung, sondern eine ganzheitlich persönlich-spirituelle Schulung, die dein gesamtes Leben grundlegend zu verbessern vermag. Das Ausbildungsjahr zählt für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zu den schönsten und bereicherndsten Erfahrungen ihres Lebens!

Der Ausbildung liegen die folgenden Gedanken zugrunde:

- Erst wer die Kraft und Wirkungen des Yoga selbst erfahren und gefühlt hat, kann authentisch und begeisternd lehren. Deshalb wird auf regelmäßige und achtsame eigene Übungspraxis, auch zwischen den Ausbildungseinheiten, großer Wert gelegt.
- Es wird ein ganzheitlicher Yoga gelehrt, also ein alle Ebenen und Dimensionen des Menschen umfassender Yoga-Weg. Die Hauptbereiche sind Körper- und Atemübungen (Hatha-Yoga), Meditation (Raja-Yoga), Achtsamkeit und Erwartungslosigkeit im Alltag (Karma-Yoga), Gebet, Öffnung und Hingabe (Bhakti-Yoga) sowie Selbstbeobachtung und Studium (Jnana-Yoga).
- Die Ausbildung findet nicht nur in den Ausbildungseinheiten, sondern auch in der Zeit dazwischen statt. Diese Zeiträume des beruflich/privaten Lebens

werden durch eigenständiges Üben, Unterrichten sowie Verfassen von Ausarbeitungen bewusst in den Gesamtprozess der Ausbildung eingebunden, wodurch selbst in dem relativ kurzen Zeitraum von einem Jahr erstaunliche Entwicklungen ermöglicht werden.

- Die Ausbildung ist mit einer Dokumentation im Gesamtumfang von über 1200 Seiten umfassend dokumentiert und nachvollziehbar, was besonders bei Fehlzeiten oder bei späteren Vertiefungen sehr hilfreich ist.

Inhalte

Theorie und Philosophie

Grundlagen: Ziel, Wesen, Ursprung, Begriff, Wege und Techniken des Yoga - Yoga für den Alltag - Yoga und Gesundheit - die geistigen Gesetze

Raja Yoga: Yoga-Ethik - Yoga-Psychologie: Die Yoga Sutra von Patanjali - Meditation: Bedeutung, Wesen, Wirkungen und Techniken - Mantras: Konzept, Wirkungen und Praxis

Hatha Yoga: Konzept und Wirkungen der Hatha-Yoga-Techniken – Grundlagen der Anatomie und Physiologie - Kundalini, Chakras, Nadis

Yoga-Philosophie: Jnana, Karma und Bhakti-Yoga und ihre Anwendung im täglichen Leben

Unterrichts-Theorie: Kursaufbau und Planung der Kurseinheiten - Unterrichtstechnik und Didaktik, Vortragstechnik

Praxis

Hatha-Yoga: Asanas, Pranayamas und Entspannungstechniken für Anfänger und Fortgeschrittene, Variationen für weniger bewegliche Personen

Raja und Bhakti Yoga: Meditation und Mantras

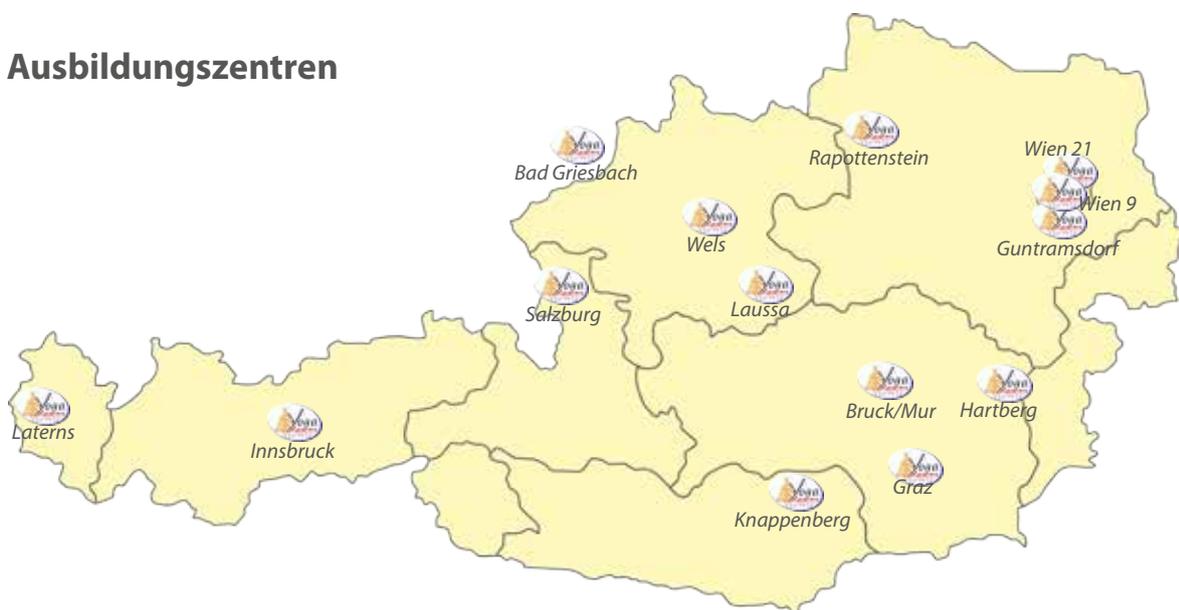
Unterrichtspraxis: Ansagen und Vorführen aller Übungstechniken - Korrektur und Vertiefen aller Asanas - Unterrichtspraxis in der Ausbildungsgruppe - Grundlagen des Yoga für Schwangere



Die Yogalehrer-Ausbildung

Orte und Termine	<p>In unseren Ausbildungszentren in Wien, Graz und Oberösterreich beginnen Ausbildungen zwei Mal jährlich, jeweils zu Semesterbeginn; in den anderen Ausbildungszentren starten Ausbildungen einmal jährlich. Die genauen Termine und Orte findest du in unserer Info-Broschüre / Terminblatt zu den Yogalehrer-Ausbildungen (bitte unter verlag2@yogaakademie-austria.com anfordern) und auf unserer Website www.yogaakademie-austria.com.</p> <p>Einen Überblick unserer Ausbildungszentren findest du auf der Österreich-Karte weiter unten auf dieser Seite.</p>
Form und Umfang	<p>Die Yogalehrer-Ausbildungen umfassen zumindest 215 Unterrichtsstunden (je 60 min) innerhalb eines Jahres, je nach Ausbildungsstart von ca Februar / März bis Jahresende oder von September / Oktober bis Juni des Folgejahres. Einschließlich 85 Stunden für eigene Übungs- und Unterrichtspraxis während der Ausbildung beträgt der Ausbildungs-Gesamtumfang 300 Stunden.</p> <p>Abhängig vom Ausbildungsort gibt es unterschiedliche Formen: Wöchentliche Ausbildungseinheiten am Abend, Wochenendseminare oder auch eine Ausbildung in Wochen-Blöcken. Details siehe Terminblatt zu den Ausbildungen bzw. auf der Website.</p>
Kosten	<p>Die Ausbildungskosten inkl Prüfung und Dokumentation betragen € 3.600,- inkl Mwst.</p> <p>Abhängig vom Ausbildungsort und der Form der Ausbildung können Nächtigungs- und Verpflegungskosten im Seminarhaus anfallen.</p>
Voraussetzungen	<p>Wenn du mit der Ausbildung beginnst, solltest du zumindest ein Jahr Yoga-Praxis haben und mit den geistes Grundlagen des Yoga (etwa aus Büchern) vertraut sein.</p>
Dokumentation	<p>Du erhältst zur Ausbildung Unterlagen im Gesamtumfang von über 1.200 Seiten:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausbildungshandbuch (Übungs- und Unterrichtstechniken, Anatomie) - Yoga fürs Leben (Grundlagen des Yoga) - Ganzheitlicher Yoga (Yoga-Philosophie) - Yoga des Klanges (Mantras und Kirtan)
Info-Mappe	<p>Weitere Einzelheiten zur Yogalehrer-Ausbildung findest du in der ausführlichen Info-Mappe, die wir dir auf Anfrage gern zusenden - bitte unter office@yogaakademie-austria.com kostenlos und unverbindlich anfordern!</p>
Kontakt	<p>office@yogaakademie-austria.com 0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)</p>

Ausbildungszentren



Ausbildung Kinder-Yoga

Vision und Ziel

Kinder-Yoga gewinnt immer mehr an Beliebtheit. Die Kinder lieben die Yoga-Spiele und -Übungen, die ihnen gleichzeitig so gut tun. Sie lernen spielerisch, ihre Körperwahrnehmung und ihre Achtsamkeit zu vertiefen, sie spüren Ihre Atmung bewusster, können sich austoben und lernen auch, in die Stille zu gehen.

Kinderyoga kann so viel sein: Körperübungen, Atemübungen, Singen, Tanzen, Spielen, Partner-Massagen, Phantasiereisen. Für die Kleinsten wird das alles verpackt in (ent)spannende Yogageschichten, die Größeren grüßen dann schon die Sonne und versuchen sich an anspruchsvolleren Asanas und können am Schluss schon länger in Entspannung gehen

Das Ziel der Kinderyoga-Ausbildung ist es, die Teilnehmer zur eigenständigen Leitung von Yogastunden/ Yogakursen mit Kindern und Jugendlichen sowohl im privaten als auch im pädagogisch-beruflichen Bereich zu befähigen. So wird einerseits das „Handwerkzeug“ (Übungen, Spiele, Ablauf, Aufbau etc.) vermittelt, andererseits aber auch das Verständnis/die Empathie für die kindliche/jugendliche Seele vertieft. Schließlich ist die eigene Yoga-Praxis und die persönliche Entwicklung der Teilnehmer von großer Bedeutung, denn: „Kinder haben ihren Eltern (Lehrern) nie sehr aufmerksam zugehört, aber sie haben ihre Eltern (Lehrer) stets sehr gut nachgeahmt.“ (James Baldwin)

Inhalte

- Bedeutung und Wirkungen des Kinder-Yoga
- Entwicklungspsychologie
- Aufbau von Kinderyoga-Stunden für unterschiedliche Altersgruppen
- Didaktik
- Regeln und Umgang mit Problemen in der Kinderyoga-Stunde
- Körper-, Atem- und Entspannungs- und Wahrnehmungsübungen für Kinder und Jugendliche
- Yoga-Geschichten, Massagen, Lieder, Mandalas
- Yoga für hyperaktive Kinder, Yoga für schüchterne Kinder

Leitung

DI Reinhard Neuwirth ist Diplom-Pädagoge, pädagogischer Beauftragter und Weiterbildungsleiter an der Yoga-Akademie Austria sowie Lektor an der Pädagogischen Hochschule Burgenland (Fortbildung Kinder-Yoga) und hat langjährige Unterrichtserfahrung im Kinder- und Teenageryoga.



„Ich sehe mich als Yogi des Alltags, dem Yoga hilft, das Leben besser und bewusster zu meistern. Als Kinderyogalehrer-Ausbildner ist es mein Ziel, Verständnis für die kindliche Seele zu schaffen und das nötige Handwerkszeug für gelungene Kinderyoga-Stunden weiterzugeben.“

Form und Umfang

3 Wochenenden bzw. eine Woche, Details siehe www.yogaakademie-austria.com

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 1.080,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen / Abschluss

Keine, wir empfehlen die Teilnahme ab 1 Jahr Yoga-Praxis. Diese Ausbildung ist auch für Yogalehrer als Weiterbildung geeignet.

Abschluss: Es gibt eine praktische und theoretische Abschlussprüfung. Yogalehrer schließen diese Ausbildung mit dem Zertifikat „Kinderyoga-Lehrer/in“ ab, Nicht-Yogalehrer mit dem Zertifikat „Kinderyoga-Übungsleiter/in“.

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Ausbildung.

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Ausbildung Nuad

Vision und Ziel

Die traditionelle Thaimassage, in Österreich Nuad Thai-Yoga-Bodywork genannt, erlangt im Westen immer mehr Beliebtheit. Mit kaum einer anderen Methode kann man so schnell und effektiv Menschen helfen, ihre Energien zum Fließen zu bringen und tief zu entspannen.

Die intensive Arbeit und der Kontakt mit deinem Partner im Nuad bringt eine ganz neue Sensibilität und Empfänglichkeit für deinen eigenen Körper, seine Bedürfnisse und Reaktionen, wie auch den Körper deines Partners mit sich. Über die Körperarbeit entwickelt sich eine ungeahnte menschliche Nähe und Verbundenheit, Herzensöffnung und universelle Liebe. Du wirst erstaunt sein, wie sehr du im Laufe dieser Weiterbildung immer mehr in Einklang mit dir selbst kommst.

Die Klienten werden passiv in Yogahaltungen gebracht, bestimmte Körperteile werden gedehnt, Energielinien werden gedrückt. Durch passives Dehnen des Körpers und einfühlbares Drücken der Reflexpunkte und Energiebahnen beginnt sich der Körper zu öffnen; Spannungen werden gelöst und Giftstoffe abtransportiert, während der Geist ein Gefühl der Entspannung und des Loslassens erfährt.

Lerne, professionell und kompetent Thai-Yoga-Anwendungen zu geben - ob beruflich oder in der Familie. Mit erfolgreichem Abschluss dieser Ausbildung kannst du dich selbstständig machen und „Nuad Thai-Yoga-Körperarbeit“ anbieten.

Inhalte

- Geschichte und Entwicklung der Thai-Massage
- Gesundheitliche und energetische Wirkungen
- die Energiekörper und -linien
- Nuad-Techniken
- Massage als spirituelle Praxis
- die Grundregeln der Thai-Massage
- Schutz- und Energieübungen
- Aufbau / Ablauf einer Nuad-Behandlung
- die Techniken im einzelnen: In Rückenlage, in Seitenlage, in Bauchlage, im Sitzen

Leitung

Karin Nguyen kam zu Nuad über die Kampfkunst, über TCM und die Meridianmassage. Nuad-Ausbildung bei dem bekannten Experten Tobias Frank, eine weitere bei Bernadett Huber. Ebenso wie richtig betriebene Kampfkunst sieht Karin Yoga und auch Nuad als Wege zu sich selbst.



„Bei einer Thai Yoga Massage ist es das schöne, jemanden Berührungen zu schenken und achtsam zu sein. Dadurch entsteht ein stiller, lebendiger Dialog, der Blockaden löst und dadurch Energie wieder fließen lässt. Es ist ein Geben und Nehmen - auch für den Massierenden.“

Form und Umfang

2 Wochenenden, Details siehe www.yogaakademie-austria.com

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 720,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen / Abschluss

Keine, wir empfehlen die Teilnahme ab 1 Jahr Yoga-Praxis. Diese Ausbildung ist auch für Yogalehrer als Weiterbildung geeignet.

Abschluss: Es gibt eine praktische und theoretische Abschlussprüfung. Bei erfolgreichem Abschluss wird das Zertifikat „Nuad-Praktiker/in“ verliehen.

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Ausbildung.

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8 – 11 Uhr)



Ausbildung Ayurveda

Vision und Ziel

Ayurveda, die Wissenschaft vom langen, gesunden und glücklichen Leben, stellt das Individuum mit seiner Einzigartigkeit in den Mittelpunkt seiner Betrachtungen und Behandlungen. Alle Ernährungs- und Lebensstilempfehlungen zielen auf die Erhaltung bzw. Wiederherstellung des einzigartigen konstitutionellen Gleichgewichts im Menschen ab.

Die Kunst ist, einerseits zu erkennen, welche Prakriti (Konstitution) und welche Vikriti (Ungleichgewicht/Störung) du selbst bzw. dein Visavis hat und wie du die konstitutionelle Balance erhalten bzw. Imbalancen ausgleichen kannst. Dazu braucht es einerseits ein fundiertes theoretisches Wissen und viel praktische Erfahrung. Beides erwirbst du in unserer neuen Ausbildung zum/zur Ayurveda-Spezialist/in.

Die Inhalte

- Grundbegriffe der ayurvedischen Energie- und Elementenlehre
- Grundlagen der ayurvedischen Physiologie
- Praxis Konstitutionsbestimmung: Wer bin ich? Wer bist du?
- Chronobiologie (Tagesrhythmen, Monatsrhythmen, Jahreszeitenrhythmen, Lebensphasen)
- Grundlagen der ayurvedischen Ernährungslehre
- Grundlagen der ayurvedischen Präventionslehre
- Die 3 Doshas Vata, Pitta und Kapha: Beschwerden und Störungen erkennen;
- ayurvedische Ernährungs- und Lebensstilempfehlungen zum Ausgleich der Doshas; Manualtherapien, Yoga-Asanas, Kochpraxis
- Die ayurvedische Küchenapotheke
- Praxis Gesprächsführung; didaktischer Aufbau von Workshops

Leitung

Iris Halbweis-Weiland, ist Ayurveda-Wohlfühlpraktikerin, Yoga-Lehrerin (RYT 200), Diplom Vastu-Beraterin und Journalistin. Sie führt eine eigene Ayurveda-Praxis in Natschbach/Neunkirchen.



„Ayurveda und Yoga sind seit vielen Jahren unverzichtbare Bestandteile meines persönlichen und privaten Lebens. Das geniale Zusammenwirken dieser beiden jahrtausendealten Wissenschaften fasziniert und begeistert mich jeden Tag aufs Neue.“

Form und Umfang

4 Wochenenden, insgesamt 90 Stunden

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 1.620,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

keine

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Ausbildung

Abschluss

Es gibt eine praktische und theoretische Abschlussprüfung. Bei positivem Abschluss wird das Zertifikat „Ayurveda-Spezialist/in“ übergeben.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office2@yogaakademie-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13-16 Uhr)



Weiterbildung Gesundheitsyoga-Lehrer/in

Vision und Ziel

Yoga hat ein enormes Potential, das Immunsystem zu stärken und den Menschen im Falle einer Krankheit bei der Wiederherstellung der Gesundheit zu unterstützen. Die in Österreich einmalige Gesundheitsyoga-Lehrer-ausbildung befähigt die Absolventen, speziell auf Gesundheit ausgerichtete Yoga-Kurse zu leiten.

Die Ausbildung vertieft und ergänzt das in der Yogalehrer-Ausbildung vermittelte Wissen um wesentliche gesundheitsrelevante Aspekte des ganzheitlichen Yoga. Es wird eine große Anzahl von Übungen vermittelt, die vorbeugend und auch bei vielen Erkrankungen geübt bzw. vermittelt werden können. Bei erfolgreichem Absolvieren der Abschlussprüfung wird der Titel „Gesundheitsyoga-Lehrer/in“ verliehen.

Die Inhalte

- Kennenlernen der Funktionskreise (Stützapparat, Gelenke, Atmung, Verdauung, Kreislaufsystem) und möglicher Fehlfunktionen
- Gesundheitsyoga und spezieller Sonnengruß für den Rücken (bei Problemen z.B. in Hals- oder Lendenwirbelsäule)
- Übungsprogramme bei Bandscheibenvorfall, Gleitwirbel, ISG-Syndrom, Skoliose und Osteoporose
- Gesundheits-Yoga für Hüfte, Knie und Schulter
- Übungsprogramme bei Arthrose und Knieverletzungen
- Gesunde Füße: Übungen zur Stärkung des Fußgewölbes und zur Minderung von Fußfehlstellungen
- Analyse der Körperhaltung und mögliche Abhilfe
- Den vollen Atem (wieder) entdecken
- Übungsprogramme bei COPD und Asthma
- Gesunde Verdauung als Säule der Gesundheit: Übungen, Ernährungstipps
- Gesundheitsyoga für Herz & Kreislauf
- Übungsprogramme bei Bluthochdruck und Venenproblemen
- Psychisches Wohlbefinden: Mit Achtsamkeitstechniken und Yoga-Übungen Stress, Depression und Burnout entgegenwirken

Leitung



Dr. Gilda Wüst ist therapeutische Yoga-Lehrerin und Meditationslehrerin. Gilda leitet die Gesundheitsyoga-Ausbildungen im Raum Graz.



Irene Surya Bauer ist Yoga-Lehrerin für Erwachsene und Schwangere. Sie hat eine Yoga-Therapie- sowie eine Spiraldynamik® Level Basic - Ausbildung. Surya leitet die Ausbildungen im Raum Wien.



Marion Schiffbänker ist Yogalehrerin, Spiraldynamik Fachkraft Intermediate Specific, Pilates- und Rückentrainerin und Craniosacral Practitioner. Sie leitet die Ausbildungen in Oberösterreich.



Stefan Schwager ist Therapeut für Traditionelle Chinesische Medizin, Nuad-Praktiker und therapeutischer Yoga-Lehrer. Stefan leitet die Ausbildungen in Salzburg und der Obersteiermark.

Form und Umfang

3 Wochenenden bzw. eine Woche

Orte und Termine

siehe Terminliste

Kosten

€ 960,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Dokumentation

Du erhältst ein ausführliches Skriptum

Abschluss

Bei Bestehen der theoretischen und praktischen Prüfung wird das Zertifikat „Gesundheits-Yogalehrer/in“ übergeben.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Weiterbildung Meditationslehrer/in

Vision und Ziel

Meditation zu unterrichten und anleiten zu können, setzt drei Dinge voraus: Wissen um die Natur des menschlichen Geistes, Kenntnis der Meditationstechniken und eine regelmäßige eigene Meditationspraxis. In dieser Weiterbildung werden wir uns dieses Wissen systematisch erarbeiten und einen Weg beschreiten, der deine eigene Praxis intensiviert. Du wirst lernen, Meditationen zu führen und Meditationskurse zu leiten. Und du wirst die Sicherheit bekommen, deine Schüler bei auftauchenden Fragen und Schwierigkeiten unterstützen zu können.

Ein wichtiger Teil der Weiterbildung ist das Erarbeiten von Techniken, mit deren Hilfe du die Meditation in den Alltag integrieren kannst. Die Weiterbildung schließt mit einer Lehrprobe und dem Zertifikat „Meditationslehrer/in“ ab.

Die Inhalte

- Wesen und Wirkungen der Meditation
- Meditation aus wissenschaftlicher Sicht
- Meditation als Hilfe bei Erkrankungen
- Funktion des menschlichen Geistes
- Psychologie und Praxis der Meditation
- Vertiefen der Yoga Philosophie
- Entspannung und Anleiten von Entspannungsübungen
- Die wichtigsten Meditationstechniken
- Aufbau und Gestaltung von Meditations- und Entspannungskursen
- Kursaufbau und Unterrichtsdidaktik
- Meditation im Alltag leben
- Meditative Asana-Praxis
- Sadhana Design - dein persönlicher spiritueller Weg

Leitung

Dr. Gilda Wüst ist therapeutische Yoga-Lehrerin und Meditationslehrerin sowie Aus- und Weiterbildungsleiterin bei der Yoga-Akademie Austria.



„Ich sehe Yoga und Meditation als geniale Möglichkeiten, in einem geschützten Rahmen Achtsamkeit, Loslassen und das Vertrauen in meine innere Führung zu üben, meine Grenzen anzunehmen und völlig gegenwärtig zu sein. Und so sind sie für mich eine Quelle der Freude, sowohl im Moment des Übens, als auch im täglichen Leben.“

Form und Umfang

2017: 2 Wochenenden
ab 2018: 3 Wochenenden

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

2017: € 720,- inkl. MWSt.
2018: € 1.080,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Dokumentation

Du erhältst ein ausführliches Skriptum zur Ausbildung

Abschluss

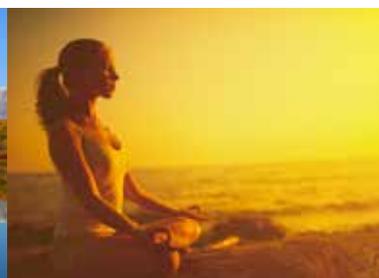
Es gibt eine praktische Abschlussprüfung. Bei positivem Abschluss wird das Zertifikat „Meditationslehrer/in“ übergeben.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Weiterbildung Schwangerenyoga-Lehrer/in

Vision und Ziel

Schwangere mit Yoga zu begleiten ist eine wunderschöne und verantwortungsvolle Aufgabe. Gerade in der Zeit der Schwangerschaft, in der viele Veränderungen im physischen, geistigen und emotionalen Körper vor sich gehen, ist es von großer Bedeutung, die innere Mitte zu finden und zu halten.

Yoga in der Schwangerschaft steigert das Wohlbefinden sowohl der werdenden Mutter als auch des ungeborenen Kindes und schafft eine solide Grundlage für die kommenden Jahre des Mutterseins. Die Yoga-Übungen unterstützen die werdende Mutter während der Schwangerschaft und bereiten auf die Geburt und die Zeit danach vor.

Diese Weiterbildung vermittelt das Wissen und die Techniken, um professionell und verantwortlich Yoga-Kurse für Schwangere zu leiten; sie schließt mit einer theoretischen und praktischen Prüfung und dem Zertifikat „Schwangerenyoga-Lehrer/in“.

Die Inhalte

- Grundlagen des Yoga für Schwangere, Wirkungen und Nutzen
- Schwangerschaft, Geburt und Muttersein aus medizinischer und aus yogischer Sicht
- Die Do's and Don'ts im Yoga für Schwangere
- geeignete Körperübungen, Atemübungen, Entspannungsübungen, Visualisierungen und Meditationstechniken speziell für Schwangere
- Der Beckenboden
- Yogische Hausmittel bei typischen Schwangerschaftsbeschwerden
- Unterrichtstechnik, praktische Tipps und Hinweise
- Tönen, Übungen mit der Stimme
- Ernährung in der Schwangerschaft
- Umgang mit Risiken

Leitung

Karin Neumeyer ist therapeutische Yoga-Lehrerin, Yogalehrer-Ausbildungsleiterin und zertifizierte Weiterbildungsleiterin für Schwangeren-Yoga.



„In meinen Ausbildungen herrscht eine entspannte, liebevolle Atmosphäre, getragen von Respekt, Vertrauen und meiner langjährigen Erfahrung im Anleiten von Yogakursen. Körper- und atembewusstes Praktizieren, das Ankommen im Augenblick und das Erfahren eines Gefühls der Einheit stehen im Vordergrund. Dieses Erleben ist eine magische und gleichzeitig reale Erfahrung – so wie Yoga selbst.“

Form und Umfang

2 Wochenenden Samstag + Sonntag

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 600,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Weiterbildung

Abschluss

Bei Bestehen der theoretischen und praktischen Prüfung wird das Zertifikat „Schwangerenyoga-Lehrer/in“ übergeben.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Weiterbildung Senioren yoga-Lehrer/in

Vision und Ziel

Yoga kann einen wesentlichen Beitrag dazu leisten, das Leben in fortgeschrittenem Alter gesund und lebenswert zu erhalten. Die Beweglichkeit wird erhalten und sogar verbessert, Gleichgewicht und Koordination werden gezielt gefördert, ein bewusster Umgang mit den Erscheinungen und Erfahrungen des Alterns wird vermittelt und die Lebensfreude gefördert.

Yogakurse für Senioren zu leiten, ist eine besonders schöne und befriedigende Form des Yogaunterrichts. Die Weiterbildung „Senioren-Yoga“ richtet sich an Yoga-Lehrer, die Freude daran haben, mit älteren Menschen zu arbeiten und das nötige Wissen erwerben wollen, um ihren Unterricht an die speziellen Bedürfnisse und Möglichkeiten von Senioren anzupassen.

Die Inhalte

- Besonderheiten beim Unterricht von Yoga für ältere Menschen: Sturzgefahr, Schwindel, reduzierte Beweglichkeit, altersbedingte Einschränkungen...
- Anpassung der Yogastellungen an den Unterricht von Senioren
- Yogaunterricht als Unterstützung bei altersbedingten Beschwerden: Schlafstörungen, Gedächtnisabnahme, Abnahme der Koordinationsfähigkeit, Schleichsichtigkeit, Reaktionsabnahme, Abnutzungserscheinungen ...
- Sicherheit im Umgang mit speziellen Krankheitsbildern wie Osteoporose, Bandscheibenvorfall, Schlaganfall, Arthrose, Bluthochdruck, Herzerkrankungen oder chronischen Schmerzen
- Förderung von Gleichgewicht und Koordination für Senioren
- Umgang mit Alter, Krankheit und Schmerzen
- Wege, um Lebensfreude zu vermitteln
- Yoga am Stuhl
- Übungen und Tipps für den Alltag
- Aufbau von Senioren yoga-Einheiten

Leitung

Dr. Gilda Wüst ist therapeutische Yoga-Lehrerin und Meditationslehrerin sowie Aus- und Weiterbildungsleiterin bei der Yoga-Akademie Austria.



„Ich sehe Yoga und Meditation als geniale Möglichkeiten, in einem geschützten Rahmen Achtsamkeit, Loslassen und das Vertrauen in meine innere Führung zu üben, meine Grenzen anzunehmen und völlig gegenwärtig zu sein. Und so sind sie für mich eine Quelle der Freude, sowohl im Moment des Übens, als auch im täglichen Leben.“

Form und Umfang

1 Wochenende Freitag bis Sonntag

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 360,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Weiterbildung

Abschluss

Yogalehrer erhalten nach vollständigem Besuch dieser Weiterbildung das Zertifikat „Senioren yogalehrer/in“.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Großer Asana-Zyklus

Vision und Ziel

Der große Asana-Zyklus ist eine konsequente Weiterführung und Vertiefung der Yogalehrer-Ausbildung im Bereich der Asana-Praxis sowie der damit verbundenen anatomischen Aspekte. Er bildet die Basis für professionellen und verantwortlichen Yoga-Unterricht.

Dieser aus 6 Wochenenden bestehende Seminarzyklus geht in großer Tiefe auf jeweils einen Themenkreis bzw. auf eine Gruppe von Asanas ein und behandelt die anatomisch und energetisch korrekte Praxis und das professionelle und fundierte Unterrichten und Korrigieren der Haupt-Asanas und der verschiedenen Asana-Variationen. Es fließen moderne Erkenntnisse und Prinzipien aus der Anatomie und Physiologie ein.

Die Inhalte

Die Themen der sechs Module sind:

1. Stundenaufbau, Vinyasa Krama, Yoga Flow
2. Asana exakt – Surya Namaskar
3. Asana Exakt – Standstellungen
4. Asana Exakt – Vorwärtsbeugen
5. Asana Exakt – Rückwärtsbeugen
6. Asana Exakt – Dreh- und Umkehrstellungen

Zu der Thematik des jeweiligen Moduls werden die folgenden Aspekte behandelt:

- Korrekte Durchführung der Asanas, exaktes Alignment der Stellungen
- Fehlerquellen und Korrektur; Hilfestellung geben
- Asana-bezogene Anatomie
- Individuelle Ausrichtung in den Asanas
- Einsatz von Hilfsmitteln
- Vorübungen und hinführende Übungen (Vinyasa Krama)
- fortgeschrittene Asanas und Pranayamas, Variationen

Diese Weiterbildung schließt mit dem Zertifikat „Asana-Acharya“. Wir empfehlen den Besuch des gesamten Zyklus, aber die Module können auch einzeln besucht werden.

Leitung

Sabine Gauri Borse leitet unsere Aus- und Weiterbildungen in der Steiermark. Sie blickt auf zahlreiche Weiterbildungen zurück, u.a. Kinder-Yoga, Thai-Yoga, Spirdynamik, Asana Intensiv, Asana Flow, Kundalini-Yoga und Jivamukti-Yoga. Sie gründete und leitet die Grazer Yogaschule „EnjoYoga“.



„Yoga ist für mich mehr als nur ein Trend – es ist ein völlig neuer, wunderbarer Lebensstil! Yoga kann dir auch ein freundschaftlicher Ratgeber sein, der deine Einstellung zum Leben positiv verändert. Und Yoga ist eine Kraftquelle, jederzeit und überall einsetzbar - für jeden von uns, egal ob jung oder junggeblieben, ob Frau oder Mann, beweglich oder unbeweglich!“

Form und Umfang

6 Wochenenden, insgesamt 126 Stunden

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 360,- inkl. MWSt. je Modul

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Abschluss

Nach Besuch aller 6 Module wird das Zertifikat „Asana-Acharya (YAA)“ übergeben.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office2@yogaakademie-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13 - 16 Uhr)



Weiterbildung Partner-Yoga

Vision und Ziel

Es liegt in der Natur des Menschen, Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen. Partner-Yoga setzt hier an, indem er uns lehrt, im gemeinsamen Praktizieren von Asanas eine achtsame Beziehung zu einem anderen Menschen einzugehen oder zu vertiefen. Sei dies nun der Lebensgefährte, eine Freundin oder ein (noch) unbekannter Mensch, das gemeinsame Ausführen von Asanas öffnet uns für den anderen Menschen, schafft einen Raum tiefer Achtsamkeit und Bewusstheit und führt uns am Ende zu einem bewussten Erleben unseres Selbst, führt uns nach innen.

Auf der Ebene der Asana-Praxis lässt dich Partner-Yoga die Asana nicht mehr nur als Ausführende/r erfahren, sondern als Teil eines größeren Ganzen, denn die Asana wird nun von zwei oder vielleicht sogar von mehreren Personen gebildet. So kann Partner-Yoga helfen, einerseits deine Achtsamkeit und das Körperbewusstsein zu schulen, andererseits dich mehr dem anderen Menschen zu öffnen und dich in ihn hinein zu fühlen.

Die Inhalte

- Allgemeine Grundlagen des Partner-Yoga
- Übungen zur Einstimmung und zum „Verbindung-Aufnehmen“
- Übungskombinationen im Stehen
- Übungskombinationen im Sitzen
- Übungskombinationen in anderen Ausgangsstellungen
- Partnernyoga-Flows
- Mögliche Übungsfolgen für eine Partner-Yoga-Stunde
- Anleiten und Unterstützen einer Partnernyoga-Sequenz
- Partnernyoga für (Ehe-)Paare

Leitung



Irene Surya Bauer ist Yoga-Lehrerin für Erwachsene und Schwangere. Sie hat eine Yoga-Therapie- sowie eine Spiraldynamik® Level Basic- Ausbildung. Surya leitet die Ausbildungen im Raum Wien.



Sabine Gauri Borse leitet unsere Aus- und Weiterbildungen in der Steiermark. Sie blickt auf zahlreiche Weiterbildungen zurück, u.a. Kinder-Yoga, Thai-Yoga, Spiraldynamik, Asana Intensiv, Asana Flow, Kundalini-Yoga und Jivamukti-Yoga. Sie gründete und leitet die Grazer Yogaschule „EnjoYoga“.

Form und Umfang

1 Wochenende, Samstag + Sonntag

Orte und Termine

siehe Terminliste

Kosten

€ 360,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung, auch für Yoga-Übende mit mindestens 1 Jahr Praxis geeignet.

Dokumentation

Du erhältst ein Skriptum zur Weiterbildung

Abschluss

Yogalehrer erhalten nach vollständigem Besuch dieser Weiterbildung das Zertifikat „Partnernyogalehrer/in“.

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office2@yogaakademie-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13-16 Uhr)



Der Yogalehrer-Tag

Vision und Ziel

Im Lauf einer Yogalehrer-Ausbildung entsteht ein für alle Teilnehmer fühlbares Energiefeld, das aus dem gemeinsamen Lernen und Praktizieren entsteht und das den Geist des Yoga immer, wenn sich die Gruppe trifft, wieder lebendig werden lässt. Am Ende des Ausbildungsjahres entsteht für viele die Frage: „Wie geht es weiter?“, und der Wunsch, weiterhin gemeinsam zu praktizieren, sich auszutauschen und Theorie und Praxis des Yoga zu vertiefen.

Aus diesem Wunsch entstand der Gedanke eines regelmäßigen Lehrertages, eines Tages, an dem sich Yoga-Lehrerinnen und Yogalehrer zur gemeinsamen Asana-, Pranayama-, Meditations- und Mantrapraxis treffen und spezifische Aspekte und Themen des ganzheitlichen Yoga vertiefen, sich austauschen und neue Informationen, Techniken und neue Inspiration für ihre Unterrichts- und Übungspraxis mitnehmen können.

Die Inhalte

Die Lehrertage sind eine offene Folge von Weiterbildungen zu allen Themen des ganzheitlichen Yoga. Sie stehen jeweils unter unterschiedlichen Themenschwerpunkten, etwa ...

- Pranayama, Mudras und Bandhas und ihr Einsatz in der fortgeschrittenen Yoga-Praxis
- Dein persönlicher Sadhana: Sadhana-Design und Yoga im Alltag leben
- Meditation: Geistige Grundlagen, Techniken, Meditationserfahrungen, Praxis
- Yoga-Kurs und Yoga-Seminar: Aufbau, Fokus, Zielsetzung, Unterrichtstechniken
- Praktische Umsetzung der Yoga-Philosophie im täglichen Leben
- Einführung in Ayurveda

- Grundlagen des Nuad
- Yoga bei Rückenbeschwerden oder differenziertes Unterrichten bei Bandscheibenproblemen
- Bhakti Yoga: Mantra, Kirtan und Puja
- Yoga für Kinder
- Yoga für Schwangere
- Yoga für Senioren
- und viele mehr ...

Leitung

Die Yogalehrer-Tage werden jeweils von einem/einer erfahrenen Ausbildungsleiter/in der Yoga-Akademie Austria geleitet, siehe Terminliste.

Form und Umfang

1 Tag, 9 - 17 Uhr

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 90,- inkl. MWSt.

Voraussetzungen

Yogalehrer-Ausbildung

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office2@yogaakademie-austria.com
0650-4420 114 (Mo – Fr, 13 - 16 Uhr)



Selbstständig mit Yoga

Vision und Ziel

Yogalehrer/innen, die sich nach Abschluss ihrer Ausbildung im Bereich Yoga selbstständig machen wollen, stehen einer Reihe von Fragen behördlicher und steuerlicher Art gegenüber. Um hier für den haupt- oder nebenberuflichen Unternehmensstart gerüstet zu sein, besprechen wir unter der Leitung des Steuerberaters Mag. Peter Dorn alle wesentlichen Fragen rund um das Selbstständigmachen mit Yoga.

Die Inhalte

Es werden alle für die Yoga-Unternehmensgründung relevanten rechtlichen, steuerlichen und behördlichen Aspekte behandelt:

- Unternehmensform
- Anmelden des Unternehmens beim Finanzamt und der Sozialversicherung
- Einkommengrenzen für SV / ESt
- Yoga als Haupt- und als Nebenberuf
- Steuerliche Aspekte

Tipp

Zu diesem Thema siehe auch den Buchtipp „Erfolgreich selbstständig mit Yoga“ auf Seite 24.

Leitung

Mag. Peter Dorn ist Gesellschafter und Geschäftsführer der Kanzlei Dorn & Partner im südlichen Niederösterreich. Gemeinsam mit seinen Grazer Partnern Zangl & Pache beschäftigen sie rund 25 Mitarbeiter. Seine Kernkompetenz als Steuerberater liegt in der Betreuung von Klein- und Mittelbetrieben aller Branchen.

www.dorn-steuerberatung.at



Form und Umfang

1/2 Tag, 9 - 12 Uhr

Orte und Termine

Siehe Terminliste

Kosten

€ 60,- inkl. MWSt.

Für Absolventen einer Yogalehrer-Ausbildung der Yoga-Akademie Austria ist dieser Workshop kostenlos

Voraussetzungen

keine

Info und Anmeldung

Details zur Anmeldung siehe Seite 22

Kontakt

office@yogaakademie-austria.com
0664-211 6039 (Mo – Fr, 8-11 Uhr)



Allgemeines zur Teilnahme an Seminaren und Ausbildungen

Voraussetzungen für die Teilnahme

Einige Aus- und Weiterbildungen setzen eine gewisse Erfahrung bzw. Ausbildungen voraus. Die Voraussetzungen werden bei den jeweiligen Veranstaltungen angegeben. Wenn „keine Voraussetzungen“ angegeben ist, können diese Seminare und Ausbildungen besucht werden, sofern ein ernsthaftes Interesse gegeben ist, in den betreffenden Bereich tief einzudringen.

Zustandekommen von Veranstaltungen

Die Teilnehmer-Anzahl liegt im allgemeinen zwischen 8 und 15 Personen; einzelne Veranstaltungen können aufgrund der räumlichen Bedingungen oder des Seminarthemas davon abweichen. Im allgemeinen kommen die Veranstaltungen ab 8 Anmeldungen zustande. Der Anmeldestatus und das Zustandekommen können unter den unten angegebenen Kontaktdaten erfragt werden. Über das Zustandekommen wird etwa 2 Wochen vor Beginn des Seminars/der Ausbildung entschieden.

Anmeldeschluss

Um die Entscheidung des Zustandekommens rechtzeitig treffen zu können, werden die Anmeldungen bis spätestens 2 Wochen vor Beginn der Veranstaltung benötigt.

Reservierungen

Platzreservierungen können für maximal 2 Wochen vorgenommen werden. Eine Garantie des Zustandekommens einer Veranstaltung seitens der YAA ist nicht möglich.

Anmeldung

Bitte fülle das beiliegende Anmeldeformular vollständig aus und sende es an die angegebene Adresse. Dein Platz bei der betreffenden Veranstaltung ist mit Eingang der angegebenen (An-)Zahlung reserviert. Falls dieser Broschüre kein Anmeldeformular beiliegt, kannst du es unter der unten angegebenen Adresse anfordern.

Storno, Rücktritt und Abbruch

Die Bedingungen für Storno, Rücktritt und Abbruch sind abhängig von der Art der Bildungsveranstaltung und sind auf dem jeweiligen Anmeldeformular beschrieben.

Eigenverantwortung

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen erfolgt eigenverantwortlich. Das bedeutet, dass weder das Bildungsinstitut noch die Leiter der Veranstaltungen für eventuelle persönliche und Sachschäden der Teilnehmer, die während der Veranstaltungen sowie An- und Abreise entstehen, haftbar gemacht werden können.

Kontaktdaten

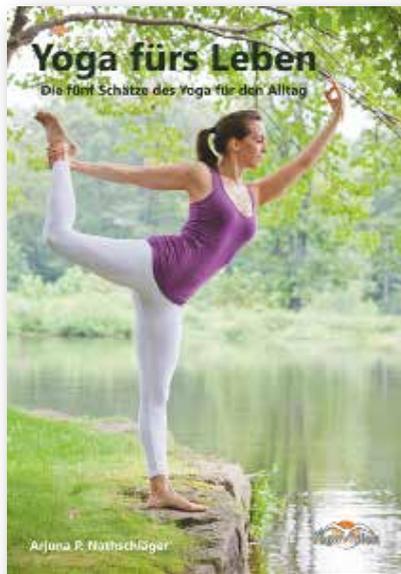
Für Anfragen, Reservierungen und Anmeldungen wende dich bitte an die bei der betreffenden Veranstaltung angegebene Kontaktperson.

Dein Kontakt für allgemeine Anfragen:

Martina Ringhofer, office@yogaakademie-austria.com / 0664-211 6039 (Mo-Fr, 8-11 Uhr)



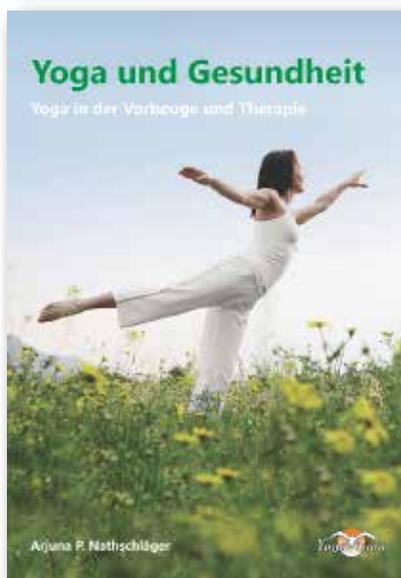
Yoga-Buchtipps



Yoga fürs Leben, Taschenbuch, 408 Seiten, € 22,-

Dieses Buch fasst in einfacher, klarer und praxisnaher Weise die gesamte Botschaft des Yoga zusammen. Es wird eine große Anzahl von Techniken und Anregungen beschrieben, die Du sofort im eigenen Leben, in Beruf und Freizeit einsetzen kannst. Detailliert und leicht verständlich werden Theorie und Praxis der fünf Schätze des Yoga für den Alltag beschrieben: Körperübungen, Atemübungen, Ernährung, Entspannung und Meditation sowie die 12 Geistigen Gesetze.

Aus dem Inhalt: Einführung in die Yoga-Philosophie - Körperübungen: Schritt-für-Schritt-Anleitungen - Körperliche und geistige Wirkungen aller Übungen - Yoga-Übungsprogramme und Übungstipps - Atemtechniken zur Energieaufladung und Harmonisierung - Yoga-Ernährung in der Praxis - Ursachen, Folgen und Lösung von Spannungen - Entspannungsübungen - Wesen, Bedeutung und Wirkungen der Meditation - 36 Meditations-techniken

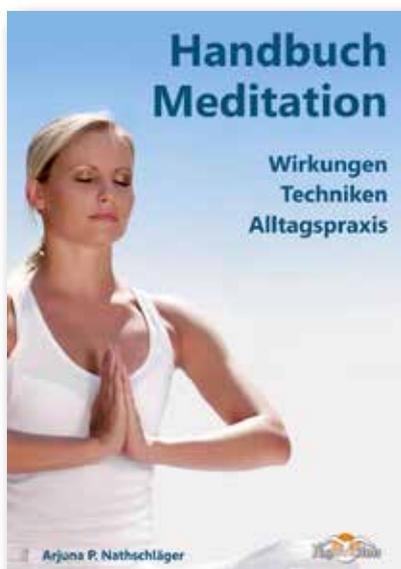


Yoga und Gesundheit, Taschenbuch, 144 Seiten, € 12,-

Die Wissenschaft entdeckt heute, was viele Menschen schon lange fühlen und erfahren haben, nämlich dass Yoga das vollkommenste Programm zur Heilung und Erhaltung der Gesundheit darstellt, das je entwickelt wurde.

„Yoga und Gesundheit“ gibt einen Einblick in die Funktionsweise des Yoga und erläutert die Zusammenhänge von geistigen Aspekten, Yoga-Übungen, Gesundheit und den menschlichen Alterungsprozess. Es wird gezeigt, in welcher Weise und mit welchen Mitteln Yoga bei den verschiedensten Krankheiten helfen kann: Praktische und effektive Yoga-Hilfe wird anhand der verschiedensten Krankheitsbilder besprochen – von der simplen Erkältung über Kopfschmerzen, Rückenschmerzen, Depressionen, Asthma, Übergewicht bis hin zu Herzkrankheiten und Krebs.

Dieses Buch macht Mut, die Verantwortung für die eigene Gesundheit zu übernehmen und mit kleinen Veränderungen in der Lebensweise nicht nur die eigene Gesundheit spürbar zu verbessern, sondern auch ein Heilsein auf einer höheren Ebene zu bewirken.

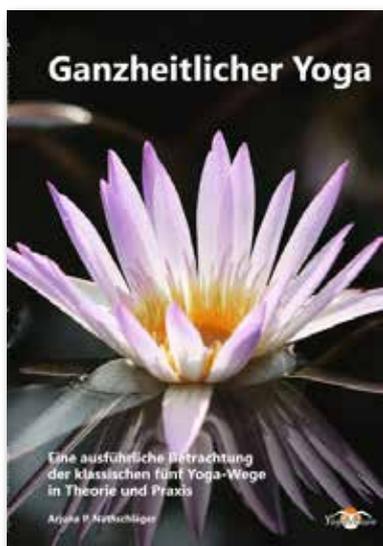


Handbuch Meditation, Taschenbuch, 232 Seiten, € 18,-

Dieses Handbuch bietet eine Gesamtschau aller theoretischen und praktischen Aspekte der Meditation. Mit großer Klarheit und mit stetem Alltagsbezug führt der Autor zum Ziel dieses Buches, nämlich den Leser / die Leserin zur eigenen Meditationspraxis anzuregen und zu helfen, den vollen persönlichen Nutzen aus der Meditation zu ziehen.

Aus dem Inhalt: Definition, Bedeutung und Wesen der Meditation - Wirkungen der Meditation - auf der persönlichen, der gesundheitlichen und auf der spirituellen Ebene - Philosophie und Psychologie der Meditation - Ganzheitliche Meditationspraxis: Der Einfluss von Ernährung, geistiger Nahrung, Ethik und Energieübungen auf die Meditation - Äußere und innere Voraussetzungen für gute Meditation - Die meditativen Sitzstellungen: Vorbereitende Übungen, Variationen der Sitzstellungen, häufige Fehler, Handstellungen (Mudras) - Die Meditationstechniken: Ausführliche Beschreibungen der wirksamsten Techniken der Achtsamkeit und Konzentration - Yoga-Techniken, die die Meditation unterstützen können - Erfahrungen in der Meditation und wie mit ihnen umzugehen ist.

Yoga-Buchtipps



Ganzheitlicher Yoga, Buch Großformat, 270 Seiten € 25,-

Dieses Buch führt zu einer tiefen Schau des vollen Spektrums, der vollen Bedeutung der indischen Spiritualität, eine Schau, die unser Leben wahrlich transformieren kann. Es erkundet systematisch und ausführlich die Gesamtheit der heiligen Wissenschaft Yoga, ihr philosophisches Konzept, ihre Entwicklung, ihre Techniken sowie ihre praktische Anwendung im eigenen Leben.

Aus dem Inhalt:

Grundlagen: Geschichte, Entwicklung und Schriften des Yoga – Traditionelle Formen des Yoga – Die großen Yoga-Meister – die Bhagavad Gita

Die fünf klassischen Yoga-Wege: Raja-Yoga, Hatha Yoga, Jnana Yoga und Karma Yoga und ihre detaillierte Diskussion anhand klassischer Schriften und mit steter Verbindung zur Nutzbarkeit im täglichen Leben



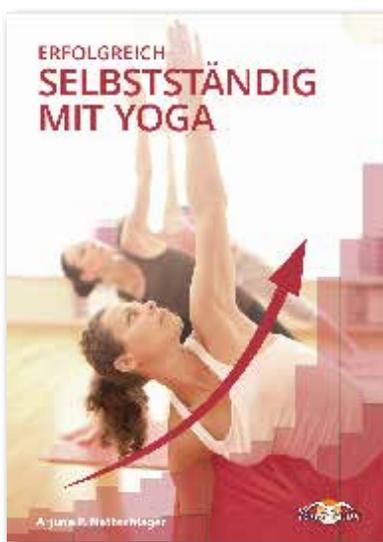
Die spirituelle Schatzkiste, Taschenbuch, 142 Seiten, € 12,-

Die in diesem Buch zusammengetragenen 123 Geschichten sind Juwelen der Weisheit aus verschiedenen Traditionen und Zeitaltern. Sie sind Nahrung und Medizin für die Seele. Sie führen uns durch die Welt der persönlich-spirituellen Entfaltung, zu einer tieferen Schau unserer selbst, unserer Welt und der zu Grunde liegenden geistigen Gesetze.

Der Mann und das Mädchen

Auf der Straße sah ich ein kleines Mädchen, zitternd in einem dünnen Kleid, hungrig, und ohne Hoffnung, etwas Warmes zu essen zu bekommen. Ich wurde zornig und sagte zu Gott: „Wie kannst du das zulassen, Herr? Warum tust du nichts dagegen?“

Gott antwortete: „Ich habe wohl etwas dagegen getan. Ich habe dich geschaffen!“

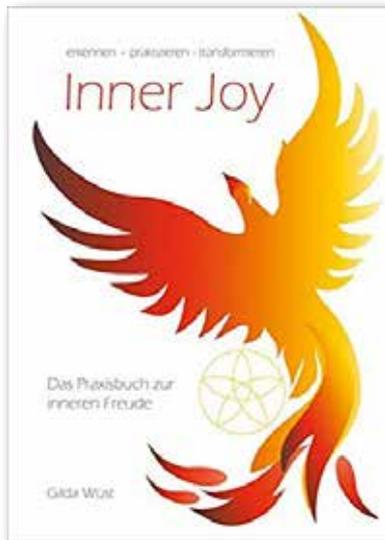


Erfolgreich selbstständig mit Yoga, Buch Großformat, 212 Seiten, € 30,-

Dieses Buch inspiriert Yogalehrerinnen und Yogalehrer, ihre Vision von einer eigenen Yoga-Schule erfolgreich zu verwirklichen. Die Zeit ist reif, die Menschen sind bereit, sie suchen nach dem, was Yoga ihnen für ihr Leben, für ihre Gesundheit geben kann. Der Autor, selbst erfolgreicher Leiter eines großen Yoga-Instituts, ermuntert zu einer Spezialisierung im weiten Feld des Yoga: Yoga für Kinder, für Schwangere, für Senioren, für Sportler, Yoga im Business, Yoga-Ferien, ... die Liste der Möglichkeiten ist lang, und gute Yogalehrer werden gesucht. Dieses Buch begleitet dich auf deinem Weg zum Erfolg mit Yoga.

Aus dem Inhalt: Kann ich vom Yoga leben? Machbarkeitseinschätzung - Ressourcen-, Finanz- und Zeitplanung - Der Business Plan - Die Vision; die Geschäftsidee, der Name und das Logo - Das „Produkt“: Zielgruppe und Spezialisierung, Fachwissen, Qualität und Feedback; Yoga-Kursarten, Gruppengröße, Kursraum, Preisgestaltung - Der Markt: Standort, Wettbewerb, die Region, eigenes Zentrum oder Wanderkurse - Die Werbung: persönliche, gedruckte und digitale Möglichkeiten - Organisation und Planung: AGB, Abläufe und Dokumentation, Checklisten - Behörden, Anmeldung der Tätigkeit, Unternehmensformen, steuerliche Aspekte - Erfolgstopps von erfahrenen Yoga-Unternehmern

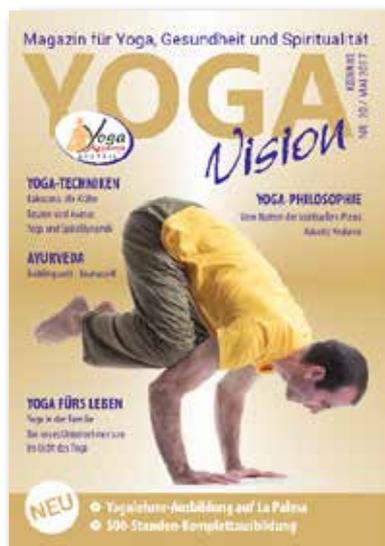
Yoga-Buchtipps und die kostenlose Yoga-Zeitschrift



Inner Joy, Taschenbuch, 228 Seiten, € 19,90

Das Praxisbuch „Inner Joy“ führt dich in vier Schritten zu einem Leben, das erfüllt ist von Mitgefühl, Zufriedenheit, bedingungsloser Freude und einem Gefühl der Geborgenheit, indem es in klaren und verständlichen Worten vom Sinn und Wert spiritueller Übungen überzeugt, eine Vielzahl wunderbarer Techniken liefert und dich zugleich dabei unterstützt, dir aus ihnen eine freudvolle individuelle Praxis zusammenzustellen, zu beginnen und beizubehalten.

Es ist ein Buch für jeden, der nach dem Sinn des Lebens und Erfüllung sucht oder sich nach Heilung auf körperlicher oder psychischer Ebene sehnt. Auch Yoga- und Meditationslehrer, die eine umfassende Übungssammlung für ihren Unterricht suchen oder ihren Kursteilnehmern Alltagsübungen mit nach Hause geben wollen, werden in diesem Buch fündig werden.



Kostenlose Yoga-Zeitschrift: Die YOGAVision

Die YOGAVision bringt Artikel über die Yoga-Philosophie, Yoga-Techniken und Hinweise für Yoga im Alltag. Die YOGAVision erscheint halbjährlich, jeweils im Mai und im November, und wird auf Anfrage kostenlos zugesendet (nur Österreich).

- Yoga-Hilfe bei den verschiedensten Erkrankungen
- Ayurveda, die Kunst des gesunden Lebens
- Asana-Workshop: Durchführung, Variationen und Wirkungen
- Wirkungen und Wirkungsentfaltung der Yoga-Techniken
- Meditationstechniken und -Praxishinweise
- Besprechung der Yoga-Philosophie
- Weisheitsgeschichte
- Yoga für Kinder, für Schwangere, für Senioren; Yoga in der Familie
- Yoga und Ernährung

Infos und Bestellungen

- Yoga-Bücher ausgenommen „Inner Joy“: verlag@yogaakademie-austria.com (Leseproben findest du auf der Homepage www.yogaakademie-austria.com)
- Buch „Inner Joy“: info@innerjoy.at
- Kostenlose Yoga-Zeitschrift YOGAVision: verlag@yogaakademie-austria.com

Unser Team

Hier möchten wir dir unser Team vorstellen. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind begeisterte Yogis, die selbst Yoga praktizieren und sich regelmäßig weiterbilden.

Aus- und Weiterbildungsleiter/innen



Adya Ingrid Samberger (Murau, Stmk):

Yogalehrer-Ausbildungen in Bad Griesbach, Deutschland.



Alois Soder (Uttendorf, Szbg):

Yogalehrer-Ausbildungen in Tirol



Ananda Daniela Pfeffer (Tulln, NÖ):

Yogalehrer-Ausbildungen in Niederösterreich.



Fabian Scharsach (Guntramsdorf, NÖ): Yogalehrer-Ausbildungen in Wien, Niederösterreich, Oberösterreich und Indien.



Dr. Gilda Wüst (St. Radegund, Stmk):

Weiterbildungen in Meditation, Senioren- und Gesundheitsyoga. Projektleitung des Yoga fürs Leben-Projekts.



Iris Halbweis-Weiland (Natschbach, NÖ):

Aus- und Weiterbildungen in Ayurveda und Vastu.



Karin Nguyen (Linz):

Nuad- Ausbildungen.



Karin Neumeyer (Graz):

Yogalehrer-Ausbildungen in Kärnten, Schwangerenyoga-Weiterbildungen



Marion Schiffbänker (Mondsee, OÖ):

Yogalehrer-Ausbildungen auf La Palma, Gesundheitsyoga-Ausbildung in Oberösterreich.



Michaela Omkari Kloosterman (Wien):

Yogalehrer-Ausbildungen in Wien.



Mag. Philipp Hanak (Uttendorf, Szbg):

Yogalehrer-Ausbildungen in Tirol und Vorarlberg.



Priska Waißenbacher (Uttendorf, Szbg):

Yogalehrer-Ausbildungen in Tirol und Vorarlberg.



DI Reinhard Neuwirth (Lafnitz, Stmk):

Yogalehrer-Ausbildungen in der Steiermark, Kinderyoga-Ausbildungen



Rudra Christian Gruber (Schiedlberg, OÖ):

Yogalehrer-Ausbildungen in Oberösterreich.



Sabine Gauri Borse (Graz):

Yogalehrerausbildungen in der Steiermark, Weiterbildungen zu Asanas und Partner-Yoga.



Mag. Silvia Parvati Bergmann, (Graz):

Yogalehrer-Ausbildungen in Graz.



Surya Irene Bauer (Wr. Neustadt, NÖ):

Ausbildungen Gesundheits-Yoga und Partner-Yoga in Wien



Stefan Schwager (Golling, Szbg):

Yogalehrer-Ausbildungen und Ausbildungen in Gesundheits-Yoga in Salzburg

Unser Team

Leitung und Organisation



Arjuna Paul Nathschläger
(Dechantskirchen, Stmk):
Gesamtleitung Yoga-Akademie Austria



Alois Retter (Hartberg, Stmk):
Werbegrafik



Doris Tarman (Neunkirchen, NÖ):
Kunden-Kontakt, Seminarplanung Yoga fürs Leben, Organisation



Estelle Bauer (Wien):
PR-Beratung und Presse-Arbeit



Martina Ringhofer (Aspang, NÖ):
Kundenkontakt, Organisation



Stefanie Kager (Zöbern, NÖ):
Versand Info-Material, Abo-Service
YogaVision und Verlags-Auslieferung



Surya Irene Bauer (Wr. Neustadt, NÖ):
Seminar- und Ausbildungsplanung



Thomas Pichler (Zöbern, NÖ):
Betreuung IT-Bereiche

Unser Leitbild



Die Yoga-Akademie Austria ist ein österreichisches Institut für die Ausbildung von Yogalehrerinnen und Yogalehrern. Unsere Aus- und Weiterbildungen verbinden fundiertes Fachwissen und Spiritualität mit professioneller Didaktik, Pädagogik und Organisation.

Yoga hat ein außergewöhnlich großes Potential, das menschliche Leben auf allen Ebenen zu verbessern und zu entfalten. Es ist unsere Vision, dieses Potential möglichst vielen Menschen in Österreich zugänglich und nutzbar zu machen. Um dies zu erreichen, lehren wir einen ganzheitlichen, alle Lebensaspekte umfassenden Yoga-Weg, der stets den Bezug zum und die Nutzbarkeit im alltäglichen Leben sucht.

Gesundheit ist Reichtum
Geistiger Friede ist Glück
Yoga zeigt den Weg



YOGA-AKADEMIE AUSTRIA

YogaVid GmbH | 8241 Dechantskirchen | Bergen 5
office@yogaakademie-austria.com | www.yogaakademie-austria.com