

**varianten-
reich
unterrichten**

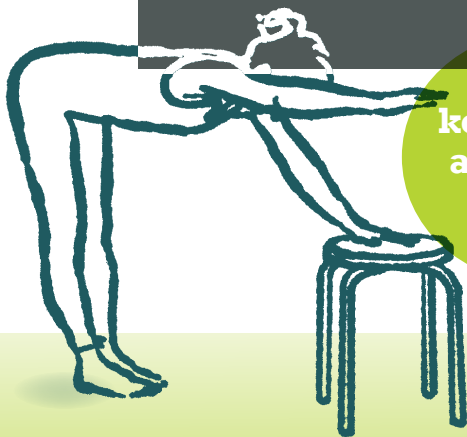


**gesund
üben
lassen**



Weiterbildung für Yogalehrende

**kompetent
anpassen
können**



Weiterbildung für Yogalehrer/innen

Diese Weiterbildung richtet sich an Yoga-lehrer/innen verschiedener Traditionen, die sich aus ihrer Arbeit heraus mit Fragen zum Unterrichten und zur eigenen Praxis auseinandersetzen.

Wir möchten Ihnen ein Konzept von Yoga vermitteln, das aus dem Fundus der verschiedenen Yogaübungen diejenigen auswählt, die dem jeweiligen Menschen nützen und ihn gesund üben lassen.

Es stellt ein Konzept dar, das die individuellen Möglichkeiten, Gegebenheiten, Bedürfnisse dieser Person erkennen und jede Übungspraxis daran ausrichten möchte.

Dieser Zusammenhang wird in alten Texten mit dem Begriff viniyoga beschrieben. Die Notwendigkeit eines solchen Vorgehens stellt die Basis unseres Ansatzes dar.

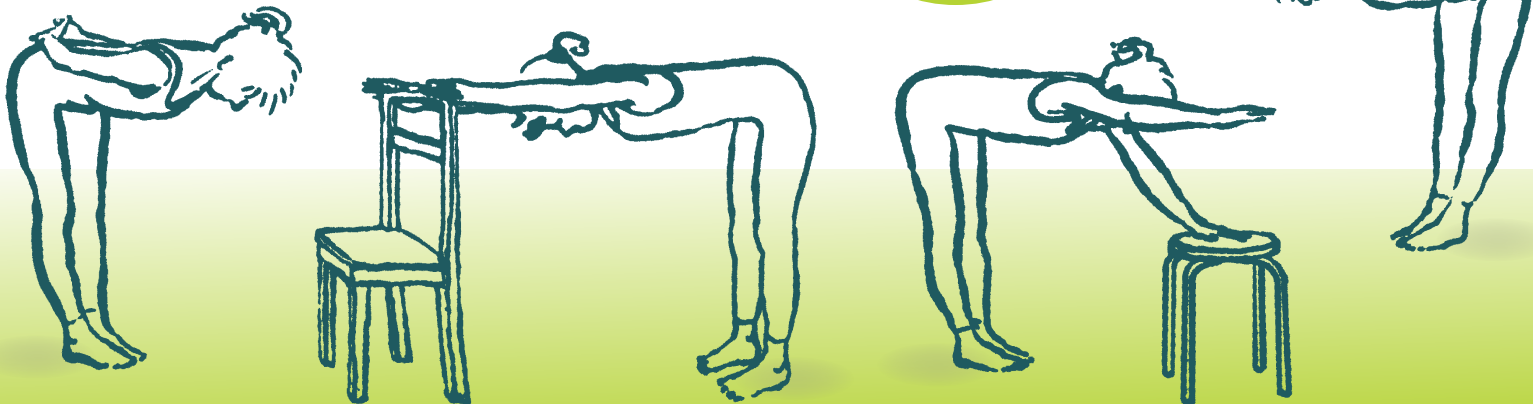
Folgende Themen bilden die Schwerpunkte

- āsana-Konzepte im viniyoga
- die Rolle des Atems in āsana
- Konzepte des prāṇāyāma
- Meditationskonzepte nach Patanjali
- Yoga Sutra (Krishnamacharya/Desikachar)
- Strukturierte Beobachtungskompetenz
- Umsetzung eines individualisierten Unterrichtsstils

**kompetent
anpassen
können**

**varianten-
reich
unterrichten**

**gesund
üben
lassen**



Weiterbildungsteam



Christine Franke-Rademacher

- Yogalehrerin BDY/EYU/BYZ
- Yoga-Dozentin im Ausbildungsteam des Berliner Yoga Zentrum
- Referentin für das Yoga Sutra
- Systemisch lösungsorientierte Beratung (LOB nach Steve De Shazer)
- Hypnosystemische Kommunikation (i.A. am M.E.G. Wandlitz)
- Physiotherapeutin
- Shiatsu-therapeutin

Tel.: 030/85728874

Email: info@yogapraxis-krummelancke.de

Magdalena Rechlin

- Yogalehrerin BDY/EYU/BYZ
- Yoga-Dozentin im Ausbildungsteam des Berliner Yoga Zentrum
- Referentin für das Yoga Sutra
- Yogafortbildung für Pädagogen
- Systemische Beratung/Achtsamkeit und Resilienz (i.A. am ISI Berlin)
- Krankenschwester

Tel.: 030/69503225

Email: m.rechlin@snafu.de

Infos, Anmeldung und Beratung

www.yogaschritte.de

www.yogapraxis-krummelancke.de