



yogastudio ahimsā

**INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG
BDY/EYU**

**IN DER TRADITION SRI T. KRISHNAMACHARYAS,
T.K.V. DESIKACHAR UND R. SRIRAM**

**Prana Yoga
Philosophie
Ayurveda**

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

München, April 2018

Liebe Interessenten,

Sie interessieren sich für eine Yogalehrerausbildung in unserem Yogastudio ahimsa und haben um Informationen gebeten. Als Schulleitung ist es meine Aufgabe, die Ausbildungen zu organisieren sowie zu leiten. Zusätzlich werde ich Sie als Studierenden in Ihren persönlichen Prozessen begleiten und unterstützen.

Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Ausbildung zum Yogalehrer willkommen zu heißen. In dieser Broschüre finden Sie alle wichtigen Informationen. Sollten Sie dennoch Fragen zu persönlichen Voraussetzungen oder zur Finanzierung haben, stehe ich Ihnen gerne für eine persönliche Beratung zur Verfügung.

Teilnehmer, die keine komplette Yogalehrerausbildung absolvieren möchten, sondern nur einen Yogakurs besuchen wollen, können ebenso an dem ersten und dem zweiten Ausbildungsjahr teilnehmen. Da die Ausbildung bei den Grundlagen startet, ist dieser Zeitraum ideal für Anfänger und Fortgeschrittene.

Greifen Sie einfach zum Telefon und rufen Sie mich an!
Telefon: +49-89-28702710

Cornelia Nowak
Yogalehrerin BDY/EYU
Schulleitung BDY/EYU

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Yogastudio ahimsa Studio für Yoga, Pranayama, Philosophie und Rezitation

BDY.

Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.
ist der größte und bedeutendste Berufsverband für
Yogalehrende im deutschsprachigen Raum

Das Yogastudio ahimsa ist eine von rund 40 Yogalehrer-Ausbildungsstätten in Deutschland, die die Berechtigung für eine Ausbildung zum Yogalehrer /Yogalehrerin BDY/EYU haben.

In München-Schwabing habe ich, Cornelia Nowak, in meiner fast 30-jährigen Lehrtätigkeit ein Kompetenzzentrum für Yoga, Pranayama und Rezitation aufgebaut. In den einladenden Räumlichkeiten biete ich vielseitige Kurs- und Seminarprogramme sowie qualitativ hochwertige Aus- und Weiterbildungen in den Bereichen Yoga, Pranayama, Philosophie und Rezitation an.

Die Ausbildungen, Seminare und Kurse des Yogastudio ahimsa bauen auf den jeweilig gültigen BDY-Ausbildungsrahmen sowie den berufsethischen Richtlinien auf und richten sich in der Tradition nach Sri T. Krishnamacharyas, T.K.V. Desikachar und R.Sriram.

Meine Dozenten und ich legen großen Wert darauf, Ihnen Wege zu zeigen, wie Sie persönlich diese Weisheitslehren verbinden und in Ihren Alltag integrieren können. Ein sehr gut ausgebildetes Referententeam, unser fundiertes Wissen und meine langjährige Erfahrung als Schulleitung stehen für höchste Qualität in der Vermittlung von Yoga. Dabei können die Teilnehmer auf eine kompetente Begleitung in ihrem individuellen Entwicklungsprozess vertrauen.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Schwerpunkte

Prana Yoga
Philosophie
Ayurveda

Die Aus- und Weiterbildungen sind auf drei gleichwertigen Säulen errichtet. Prana Yoga (die Asana-Anpassung), die Philosophien des Yoga und die ayurvedische Betrachtungsweise sind nicht voneinander zu trennen.

Ihre gemeinsame Anwendung zeichnet unseren hochqualifizierten Unterricht aus. Sie schöpfen aus einem Wissensschatz, der in einer ungebrochenen Linie bewahrt und von Generation zu Generation vermittelt wird.

Ihre gesundheitsfördernden Inhalte, Prinzipien und Praktiken sind prozessorientiert ausgerichtet und umfassen alle Aspekte des menschlichen Seins und des alltäglichen Lebens.

Auf diese Weise sind sie eine wunderbare Quelle zur Erhaltung bzw. Erlangung des körperlichen und psychomentalen Gleichgewichts. Gemeinsam vermittelt und praktisch angewandt werden sie zu einem Weg, der die Ebenen des menschlichen Daseins durchdringt und seine positiven Wirkungen in allen Lebensbereichen zeigt.

Aus den Inhalten ihrer Lehren wird in den verschiedenen Yogakursen sowie in den Aus- und Weiterbildungen ein solides Wissensfundament gelegt, auf dem sich die Teilnehmer persönlich und in ihrer späteren beruflichen Laufbahn erfolgreich weiterentwickeln können.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

4-jährige Berufsausbildung zum Yogalehrer BDY/EYU

Der Titel Yogalehrer BDY/EYU ist markenrechtlich geschützt.

Die Ausbildung im Yogastudio ahimsa verbindet Tradition und Moderne, Theorie und Praxis. Sie ist tief in der traditionellen Yoga-Philosophie verwurzelt, während sie gleichzeitig den modernen Menschen in den Mittelpunkt stellt und den Unterricht auf seine Bedürfnisse anpasst. So spielt der Yoga in der Tradition Sri T. Krishnamacharyas, T.K.V. Desikachar und R.Sriram, eine zentrale Rolle.

Die Teilnehmer setzen sich fundiert mit Unterrichtsdidaktik, medizinisch ayurvedischen Grundlagen, mit der Philosophie und der Geschichte des Yogas auseinander. Dadurch erleben sie das Zusammenspiel von Körperpraxis, Pranayama und Meditation in immer tieferen Schichten.

So umfasst die Ausbildung zum Yogalehrer weit mehr als das korrekte Unterrichten der Körperübungen (Asanas), denn sie bringt zusätzlich eine persönliche Entwicklung mit sich. Schließlich ist Yoga ein Erfahrungsweg, der Zeit braucht. In diesem Prozess begleitet Sie unser erfahrenes Team verständnisvoll und kompetent.

Die Kombination aus Praxis und Theorie befähigt Sie das Erlernte aus einer tiefen Erfahrungsebene heraus selbstständig als Yogalehrer zu unterrichten.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Rahmenbedingungen

Die Ausbildung zum Yogalehrer im Yogastudio ahimsa dauert inklusive Prüfungszeit 4 Jahre und findet berufsbegleitend statt. Sie ist in 4 Module aufgeteilt und beinhaltet die vom BDY geforderten 800 Unterrichtseinheiten, die sogenannten UEs.

Das Yogastudio ahimsa bietet Skripte zu den Grundlagenseminaren. Der Aufbau, Umfang und Inhalt richtet sich nach den Rahmenrichtlinien der Europäischen Yoga Union EYU. Jedes Modul hat unterschiedliche Schwerpunkte und ist Grundlage für das jeweils nächste Modul.

Die Ausbildung zum Yogalehrer steht in der Tradition Sri T. Krishnamacharyas, T.K.V. Desikachar und R.Sriram. Alle Referenten des qualifizierten Schulleitungs- und Dozententeams wurden von R.Sriram ausgebildet und empfohlen.

Die Seminare werden in kleinen Gruppen abgehalten. Die Ausbildung liefert die Basis für eine selbständige berufliche Tätigkeit als Yogalehrer und weitere Aus- und Weiterbildungen z.B. in der Yogatherapie.

Voraussetzungen

Jeder Mensch ist einzigartig und bringt individuelle Fähigkeiten mit. Deshalb ist ein persönliches Aufnahmegespräch notwendig, bei dem wir uns kennenlernen und die individuellen Voraussetzungen wahrnehmen. Das Gespräch dient beiden Seiten als Entscheidungshilfe. Des Weiteren sind ehrliche Motivation, eine gewisse Offenheit im Umgang mit Menschen und für den eigenen Entwicklungsprozess wesentliche Bedingungen für den Beginn der Yogalehrerausbildung.

Ebenso erforderlich:

Mindestalter 25 Jahre

Abgeschlossene Schulausbildung

ca. 3 Jahre eigene Yogapraxis

Bewerbung in Kurzform mit Darlegung der Beweggründe, warum Sie selbst Yoga praktizieren und Yogalehrer werden möchten

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Ausbildungsinhalte und -umfang

Die Ausbildungsinhalte zum Yogalehrer BDY/EYU sind den Rahmenrichtlinien des BDY entsprechend aufgebaut, die eine Mindestzahl von 800 UE zu je 45 Minuten vorschreiben.

Die UE sind auf folgende Unterrichtsfächer verteilt:

Hatha-Yoga	201 UE
Unterrichtsgestaltung + Pädagogik	160 UE
Medizinische Grundlagen	100 UE
Yoga Geschichte, Philosophie, Texte	178 UE
Meditation	50 UE
Ethik und westliche Philosophie	40 UE
Psychologie	51 UE
Berufsorientierte Qualifikation – Marketing	20 UE

Die Anzahl der genannten Pflichtstunden (UE) pro Fach und Inhalt müssen erfüllt werden. Alle aufgeführten Inhalte sind Bestandteil der Ausbildung. Die Prüfung findet im Anschluss nach Absolvierung der Pflichtseminare statt.

Abschluss nach gezielter Entwicklung und Förderung

Die Abschlussprüfung erfolgt durch eine BDY-Prüfungskommission. Nach erfolgreich absolvierter Abschlussprüfung sind die Teilnehmer berechtigt den Titel „YogalehrerIn BDY/EYU“ zu führen. Dieser Titel ist markenrechtlich geschützt und wird vom Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V. (BDY) vergeben.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Lernen durch eigenes Tun

Das Unterrichtspraktikum

Das Unterrichtspraktikum besteht aus 8 moderierten Vorstellstunden. Davon sind 2 externe Vorstellstunden an einer anderen Ausbildungsschule abzuhalten bzw. bei einem BDY/EYU Moderator.

Eine Vorstellstunde dauert 45 Minuten plus Besprechung. An den Vorstellstunden und Besprechungen der anderen Teilnehmer muss teilgenommen werden. Sie gehören als wesentlicher Teil zur Ausbildung und sind verpflichtend.

Erstellung von Seminar-Protokollen, Erarbeitung von Referaten und Hausaufgaben sowie deren Besprechung dienen der Qualitätssicherung und Wissensvertiefung. Die Hausarbeiten bestehen aus einigen zum Teil praktisch orientierten Fragen zu den jeweiligen Seminar-Themen. Diese Arbeiten sind verpflichtend und werden jeweils mit 20 UE angerechnet, da sie wichtige Teile der Ausbildung sind.

Die Teilnehmer lernen während der Ausbildung nicht nur die Gruppe in der Praxis anzuleiten, sondern auch Seminare und Vorträge zu halten.

In der Ausbildung spielt das im Einzelunterricht individuell angepasste Üben der Auszubildenden eine große Rolle. Zur Unterstützung des persönlichen Wachstumsprozesses wird daher empfohlen, zu den schulinternen Einzelstunden mindestens 4 Einzelstunden jährlich zusätzlich zu nehmen.

Zudem haben die Teilnehmer während der einzelnen Seminare die Möglichkeit, ihre selbst erarbeiteten Praxisstunden vorzustellen, in der Gruppe umzusetzen und somit ihre praktische Kompetenz zu erweitern.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Ausbildungsgebühren & Finanzierung

Für die Finanzierung Ihrer 4-jährigen Yogalehrerausbildung bieten wir Ihnen 3 Modelle.

Die Ausbildungsgebühr ist zahlbar, entweder:

1. als gesamte Ausbildungsgebühr 9.800,- Euro
oder
2. mit einer einmaligen Gebühr von 800,- Euro und in 48 Monatsraten á 190,- Euro jeweils zum 1. eines Monats
oder
3. In 48 Monatsraten á 208,- Euro jeweils zum 1. eines Monats

In den Kosten sind folgende Leistungen enthalten:

- Alle Seminargebühren
- 6 schulinterne Lehrproben (VSST)
- Digitalisierte Seminarunterlagen und Arbeitsblätter
- Handouts und Arbeitsblätter im Druckformat
- Kosten für 2 Yoga-Einzelstunden bei der Schul- oder Ausbildungsleitung

Kosten, die nicht enthalten sind:

- 2 externe Lehrproben (VSST) mit BDY-Moderatoren, davon eine an einer anderen BDY Schule. Diese ist eigenständig zu buchen und vor Ort zu zahlen.
- Gebühren für die BDY Abschlussprüfung
- Kosten für empfohlene Literatur
- Unterkunft, Verpflegung, Reisekosten
- Die Kosten für Yoga-Einzelunterrichtsstunden. Sie sind bei einer Lehrkraft unserer Tradition zu absolvieren und jeweils an diese zu entrichten.

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de

yogastudio ahimsā

INFORMATION ZUR 4-JÄHRIGEN
YOGALEHRAUSBILDUNG BDY/EYU

Bewerbung

Eine Bewerbung in Kurzform mit tabellarischem Lebenslauf und Darlegung der Beweggründe, warum Sie Yogalehrer werden möchten, senden Sie bitte an die Schulleitung.

Für eine persönlichen Beratung stehen ich Ihnen sehr gerne zur Verfügung. Mein Team und ich freuen sich auf Sie!

Mit herzlichen Grüßen

Ihre Schulleitung
Cornelia Nowak



*Was Yoga ist,
kannst Du nur erfahren.*

Cornelia Nowak
Amalienstraße 41 (Rgb.), 80799 München
089-28.70.27.10
yogastudioahimsa@web.de
www.yogastudioahimsa.de