



YOGA

200h Ausbildung
Goa

Eine Ausbildung im Ursprungsland des Yoga!
Die bunte Vielfalt der indischen Mythologie, yogisch ayur-vedische Ernährung und klassische, anatomisch korrekte Asana-Praxis bringen dich tief in die geheimnisvolle Welt des Yoga.

Die Yogalehrerausbildung ist ein systematisches und ganzheitliches Training für Körper, Geist & Seele und schafft eine solide Grundlage für deine eigene Yoga-praxis. Du lernst die verschiedenen Yoga-Wege umfassend kennen und erhältst bereits eigene Unterrichtserfahrung aus gegenseitigem Unterrichten in kleinen Gruppen.

Die Ausbildung ist sowohl für jene gedacht, die die verantwortungsvolle Aufgabe, Yoga weiterzugeben, zu ihrem Beruf machen wollen, als auch für jene,

die tiefer in die eigene Praxis eintauchen wollen. Die Yogalehrerausbildung bietet einen umfassenden Überblick über die wichtigsten Yoga Asanas, deren korrekte Ausführung, Wirkung und Anleitung in Yogagruppen.

Besonderer Wert wird auch auf angewandte Anatomie gelegt sowie klassischer und tantrischer Yoga Philosophie. Therapeutisches Yoga, Meditation und Pranayama sind ebenso Bestandteil der Ausbildung.

Das Vedic Valley ist ruhig gelegen im Dschungel Goas. Die Bambushütten sind als Einzel-Appartment bis hin zum Familienhaus eingerichtet.



Voraussetzungen

Die Voraussetzung für die Teilnahme an der Ausbildung ist der Wunsch, tiefer in Philosophie und Praxis des Yoga einzutauchen. Zum Training mitzubringen ist eine Buchrezension im Umfang von einer Seite aus einem der folgenden Bücher:

- Bhagavadgita (empfohlen: Goldmann Verlag, Jack Hawley)
- Der Urquell des Yoga (B.K.S. Iyengar)
- Yoga und Vegetarismus (Sharon Gannon)

Zertifizierung

Die Ausbildung kann in 2 Modulen (2018 und 2019) oder als Ganzes in 4 Wochen absolviert werden. Yogalehrende mit abgeschlossener Ausbildung und dem Wunsch, tiefer einzutauchen, können auch in das Modul 2 einsteigen. Die Ausbildung ist durch die Yoga Alliance international anerkannt und zertifiziert. Mit dem erfolgreichen Abschluss ist der Einstieg in die den Aufbaulehrgang (Abschluß 500+) möglich. Der Abschluss

erfolgt durch eine praktische und schriftlichen Abschlussprüfung.

Ausbildungsinhalte

Übungspraxis: Asanas, Pranayamas, Mudras, Bhandas, Meditation, Mantra, Puja, Satsang, Shat Karma

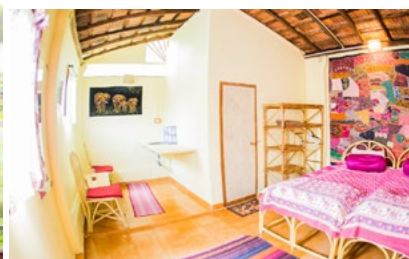
Philosophie: Yogawege, Ernährung, Prana, Körper & Hüllen, Chakren, Yoga Sutras & Ashtanga Yoga, Kleshas, Karma, Bhagavad Gita

Yoga und Psychologie: Stressmanagement, Gedankenkraft, Affirmationen und Entspannungstechniken

Anatomische & pathologische Grundlagen, Ausrichtungsprinzipien (Alignment), Trainingslehre

Tagesablauf

- 06.00 h - 07.15 h Meditation & Pranayama
- 07.30 h - 10.00 h Yoga-Klasse
- 10.00 h - 11.00 h Frühstück
- 11.00 h - 14.00 h Philosophie / Lehrproben



14.00 h - 16.00 h Nachmittagspause
16.00 h - 18.00 h Yoga Klasse / Praxis
18:00 h - 19.30 h Abendessen
19.30 h - 20.30 h Meditation & Puja (bei Bedarf länger)

2 große Indische Feste:

Am Dienstag, den 18.02.2018 findet das Shivaratri Fest statt : d.h. tagsüber wird gefastet (nur Obst) und die ganze Nacht hindurch werden Zeremonien abgehalten bzw. gesungen.

Von 1. auf 2. März dürfen wir am Hoki Festival teilnehmen - das Fest der Farben: dafür bitte helle Kleidung mitbringen das du nachher nicht mehr brauchst.

Gesamt Ausbildungsstunden: 208 h
Sonntage sind frei!

...

Der Retreat-Ort Vedic Valley



Im Vedic Valley-Resort in Morjim erwartest dich ein besonderes Indien. Während der Ausbildung ist ausreichend Zeit für ruhige Strandspaziergänge, stimmungsvolle Sonnenuntergänge oder auch für ayurvedische Behandlungen. Das Resort unter der Leitung der Familie Semalty bietet ein atemberaubendes Panorama mit tropischen Palmen, Mango- und Chashewnußbäumen, exotischen Blumengärten und Lotus-Biotopen und lädt zum Entspannen und Wohlfühlen ein. Das Ayurveda-Resort lässt keine Wünsche offen - von Wellness Treatments bis hin zur Pancha Karma Kur ist alles möglich. Vielleicht ist das ein Programm für deine Begleitung.

ECKDATEN

TERMIN 2019:
06.11. - 03.12.2019

Preise:

Early Bird: € 2.200,- bis 30.06.2019
danach € 2.500,-

Preis Modul 1 oder 2:

Early Bird: € 1.150,- bis 30.06.2019
danach € 1.350,-

06.11.2019 - 19.11.2019 Modul 1
20.11.2019 - 03.12.2019 Modul 2

TERMIN 2020

06.02. - 04.03.2020

Preis:

€ 2.200,- Early Bird bis 30. September 2019

€ 2.500,- Normalpreis

Bei Anmeldung werden 50 % des
Ausbildungsvertrages fällig, 50 % vor Antritt der
Ausbildung.

Modul 1 oder 2 separat: € 1.390,- (1.150,- bei
Zahlung bis 30. September 2019)

Unterrichtssprache: Deutsch

UNTERKUNFT: Vedic Valley

770.NewWada, Morjim Beach

Pernem-403512, Goa, India

www.vedicvalley.com

Preis für Unterkunft inkl. ayurvedischer
Vollpension für die Dauer der Ausbildung:

€ 1.200,- im Doppelzimmer

Kontakt und Anmeldung:

office@yoga-austria.info

Tel: +43 664 197 58 46





Mag. Birgit Pörtl

E-RYT 500
(Yoga Alliance)
Anusara Yoga

Birgit unterrichtet seit 12 Jahren einen praktischen kraftvollen, und anatomisch genau ausgerichteten Yoga. Der Schwerpunkt liegt in der Anwendung der universellen Ausrichtungs-Prinzipien des Anusara Yoga®. Die Erfahrung aus mehr als 1.000 nachgewiesenen Ausbildungs-Stunden gibt sie mit Freude und Klarheit weiter. Birgit unterrichtet Ausbildungen in Europa und Asien.



Dr. Eva Pöschl-Walter

E-RYT 500
(Yoga Alliance)
Anusara Yoga

Eva unterrichtet Yoga neben ihrer Rolfing® & Shiatsu Tätigkeit seit 2009. Anusara Yoga® lernte sie bei einem Aufenthalt in San Francisco kennen und lieben. Nach Ausbildungen in Europa, Asien und den USA teilt sie ihre Erfahrungen herzlich in ihrem Unterricht, der auf den Prinzipien des Anusara Yoga® basiert. Sie unterrichtet Workshops und Ausbildungen im In- und Ausland.



Florian Reitlinger

E-RYT 500
(Yoga Alliance)
Jivamukti Yoga

Nach langjähriger Tätigkeit in der IT-Branche unterrichtet Florian seit 2007 Yoga. Als leidenschaftlicher Musiker und Ausdauersportler hat er im Jivamukti Yoga seine yogische Heimat gefunden. Als Apnoe Taucher legt er besonderen Schwerpunkt auf Pranayama, Atem und Entspannungstechniken in seiner Praxis.





AUSBILDUNGS ANMELDUNG

.....
Vor-/Nachname

.....
Straße, Hausnummer, Stiege

.....
PLZ, Ort

.....
Telefon Nr.

.....
Mail-Adresse

.....
Geb. Datum:

.....
Ausbildungstyp (z.B. kl. YLA 200 / YLA 500)

- 208 h Yoga Ausbildung von 06.11. - 03.12.19
- 208 h Yoga Ausbildung von 06.02.- 04.05.20

Early Bird Preis bei Buchung bis
bis 30.06.2019 € 2.200,-
Danach: € 2.500,-
Bei Anmeldung werden 50 % des
Ausbildungsvertrages fällig, 50 % vor
Antritt der Ausbildung.

- 100 h Motul 1 (06.11.- 18.11.2019)
Early Bird Preis bei Buchung bis
bis 30.06.2018 € 1.150,- danach € 1.350,-
(Gesamtpreis bei Anmeldung fällig)
- 100 h Motul 2 (19.11.-03.12.2019)
Early Bird Preis bei Buchung bis
bis 30.06.2018 € 1.150,- danach € 1.350,-
(Gesamtpreis bei Anmeldung fällig)

Bitte schicken Sie dieses Formular vollständig ausgefüllt an nachstehende Adresse, oder geben Sie es direkt bei Ihrem Yogalehrer ab.

ANMELDUNG ZUR YOGA AUSBILDUNG PER E-MAIL: OFFICE@YOGA-AUSTRIA.INFO

Die Leistungen der Ausbildungsleitung sind:

- die genannten Unterrichtseinheiten
- Prüfungsgebühren für die Abschlussprüfung

Nicht in den Ausbildungskosten enthalten sind die An-, Abreise und Verpflegung vor Ort sowie Gebühren für Ausflüge.

Der Veranstalter behält sich Änderungen der Vortragenden sowie Terminänderungen vor.

Eine Kündigung des Vertrages ist beidseitig möglich. Für Rücktritt und Kündigung ist die schriftliche Form erforderlich. Als Kündigungsgrund seitens der Ausbildungsleitung gelten unter Anderem mehrfaches Fernbleiben des Teilnehmers von den Seminaren oder ein Teilnehmerverhalten, das eine erhebliche Störung des Seminarbetriebes bedeutet.

Bei Rücktritt wird eine Bearbeitungsgebühr von € 300,- verrechnet. Bis 8 Wochen vor Ausbildungsbeginn sind 50 % der Gesamtkosten fällig, danach sind die gesamten Ausbildungskosten zu entrichten. Wir empfehlen eine Storno-Versicherung für die Reise und die Ausbildung. Bei Ausbildungs-Anmeldung wird eine Anzahlung von 50 % der Ausbildungskosten in Rechnung gestellt. Die Teilnahme an dieser Ausbildung erfolgt auf eigene Verantwortung. Die Ausbildungsleitung übernimmt für Schäden jeglicher Art keine Haftung.



.....
Datum

.....
Unterschrift