

YO/GA

AKADEMIE VERITAS
Seit 2011

WERDE YOGALEHRER*IN



Infoheft zur Ausbildung



In Chemnitz



Berufsbegleitend
Start: monatlich

YOGAZENTRUM-CHEMNITZ.COM

0371 33 40 870 | Yogazentrum Chemnitz Wiesenstraße 11C, 09111 Chemnitz

YOGA GEHT IMMER & ÜBERALL



Yoga Akademie Veritas

NATÜRLICH IN CHEMNITZ

Dein Yogaweg mit Uns :-)

[YOGAZENTRUM-CHEMNITZ.COM](https://www.yogazentrum-chemnitz.com)

Herzlich willkommen zu unserer Yogalehrerausbildung im Feuerabendt Yogastil:

Unsere Ausbildung zeichnet sich durch einen einzigartigen Fokus auf natürliche Entspannung und ein tiefes Eintauchen in die Yogapraxis aus. Im Feuerabendt Yogastil liegt der Schwerpunkt auf dem meditativen Halten der Yogaübungen (Asanas), was es uns ermöglicht, die Yogapraxis in vollen Zügen zu genießen.



Wir vertrauen darauf, dass der Atem natürlich fließt, ohne dabei auf zusätzliche Atemanweisungen zurückzugreifen. Dies fördert eine tiefere Wahrnehmung der wechselwirkenden Effekte innerhalb der Yogastunde. Durch die Integration von Affirmationen – positiven Selbstbegründigungen – in die Praxis intensivieren wir das Erlebnis der Asanas (Yogaübungen) und schaffen eine besonders wohltuende Atmosphäre.

Der Feuerabendt Yogastil ist dem Yin Yoga zuzuordnen, wodurch wir eine kräftigende und zugleich ruhige, meditative Praxis fördern. Zum Abschluss jeder Yogastunde wenden wir das Konzept der Natürlichen Entspannung/Selbstaktiven Trainings (S.A.T.) an, um eine angenehme Tiefenentspannung zu ermöglichen.

Erfahre in unserer Yogalehrerausbildung, wie du diese Elemente geschickt kombinieren und deinen zukünftigen Schülern eine wohltuende Yogapraxis vermitteln kannst. Tauche ein in die Welt des Feuerabendt Yogastils und entdecke die kraftvolle Verbindung von Asanapraxis, Entspannung und Affirmationen.





YOGA - LEXIKON

WAS IST YOGA?

Die Lehre des Yoga hat ihren Ursprung vor Tausenden von Jahren in Indien. Das Ziel von Yoga ist es, eine harmonische Einheit von Seele, Körper und Geist zu bilden. Eine Kombination aus Körperhaltungen (Asanas), tiefen Dehnungen und Atemübungen (Pranayamas) soll dabei helfen. Ein natürlicher Atemfluss und körperliche Aktivität sind entscheidend, um Stress abzubauen und zu entspannen.

Übersetzt bedeutet Yoga "Verbindung mit dem Göttlichen" (göttlich - universelle Kraft): Yoga stärkt das allgemeine Wohlbefinden und schafft innere Ruhe sowie Harmonie.

WER KANN YOGA PRAKTIZIEREN?

Yoga kennt kein Alter :-). Darum ist Yoga auch für Anfänger und Anfängerinnen jeden Alters und jeder körperlichen Konstitution geeignet.

VORTEILE VON HATHAYOGA:

- Es bringt Gelassenheit und Ruhe im Alltag.
- Es stärkt die Körperwahrnehmung und die Achtsamkeit.
- Es wirkt sich positiv auf die Schlafqualität aus.
- Es löst Verspannungen und Blockaden im Körper.
- Es steigert die seelische Ausgeglichenheit.
- Es verbessert die Konzentrationsfähigkeit.
- Es fördert die Beweglichkeit und Spannkraft des Körpers.
- Es dehnt und kräftigt die Muskeln, Sehnen und Bänder.
- Es wirkt antioxidativ und stärkt die Immunabwehr.



AUSBILDUNG

- Wertschätzend
- Berufsbegleitend
- Einstieg monatlich
- zeitgemäß
- praktikabel



WEITERBILDUNG

Alle Seminare sind offen, sodass du jedes Seminar als Weiterbildung nutzen kannst, auch wenn du nicht in der Yogalehrerausbildung bist.



UNSER YOGASTIL

- natürlich
- sanft
- kraftvoll
- entspannend
- belebend


Warum Yoga Akademie Veritas?

Unsere 2- bis 3-jährigen berufsbegleitenden Ausbildungen basieren auf dem bewährten Ausbildungsmodell der Deutschen Yoga-Gesellschaft (DYG).

Die Inhalte und Qualitätsstandards unserer Ausbildung wurden von der Europäischen Yoga-Akademie (EYA) entwickelt sowie von der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) festgelegt.

Im Kern unserer Ausbildung steht der Sacharow-Feuerabendt-Yoga, eine Yogatradition, die auf Swami Sivananda Saraswati zurückgeht. Diese wurde durch seinen Schüler Boris Sacharow in Deutschland geprägt und vom Yoga-Altmeister Sigmund Feuerabendt weiterentwickelt, bis es schließlich in ganz Deutschland Verbreitung fand.

Seit 2011 ist die Yogalehrerausbildung der Yoga-Akademie Veritas in Chemnitz etabliert.

” Tipp: 

Durch die Anerkennung der Zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) sind deine Hatha-Yogakurse von den gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert.

”

Ausgewählte Ausbildungsinhalte:



- **Anatomie, Medizinische Grundlagen**

Bewegungsapparat: Wirbelsäule, Gelenke, Bänder



- **Asana in Theorie & Praxis**

Klassifikationen der Asanas, Sanskritbegriffe, Adjustment, Alignment



- **Ayurveda**

Doshas und Gunas, Ernährungslehre, Philosophie des Ayurveda



- **Pädagogik / Unterrichtsgestaltung**

Aufbau von Übungsstunden & Asana-Arbeit, Grundlagen: Didaktik



- **Konzentration & Meditation**

Das Selbstaktive Training (S.A.T.), Raja-Yoga und Samadhi



- **Psychologie**

Grundbegriffe, Bewusstsein, Unterbewusstes



- **Philosophie & Geschichte des Yoga**

Indien und der Hinduismus, Mythologie, Religion & Wissenschaft



- **Pranayama in Theorie & Praxis**

Atemtechniken, Mudras, Bandhas und Kumbhakas, Prana



- **Quelltexte & Historische Schriften**

Veda, Bhagavad Gita, Yoga Sutra



- **Buddhismus**

Die Vier Edlen Wahrheiten, Siddhartha Gautama



- **Kommunikation**

Rhetorik, Stimmbildung und Sprachführung



DOZIERENDE

DER YOGA AKADEMIE VERITAS



SILVIO REISS -
AUSBILDUNGSLEITER

- Yoga, Philosophie, Medizin, Anatomie
- Entspannungs- & Stressmanagement



ANETT REISS

- Yoga & Prävention
- Unternehmensführung/ Selbstständigkeit
- Yogapraxis



MAYA RUCKSZIO

- Ayurveda
- Ayurvedatherapie
- Marma-Massage



FALK SCHUBERT

- Yoga, Pädagogik
- Pranayama
- Geschichte des Yoga



CHRISTINA LERCH

- Yoga & Kommunikation
- Yoga & Psychologie

Deine Wahlmöglichkeiten:

- **Variante 1: Basic Yogalehrer/in- 500h**

Nach Abschluss aller Basic Module (reichlich 2 Jahre) und erfolgreich abgelegter Prüfung erhältst du das Zertifikat, um dich bei der Zentralen Prüfstelle Prävention als Yogalehrer zertifizieren zu lassen.

Mit diesem Zertifikat stehen dir verschiedene Wege offen, je nach deinem beruflichen Hintergrund. Falls dein Beruf nicht im Bereich Medizin oder Pädagogik liegt, benötigst du unter anderem zusätzlich 200 dokumentierte Kursleiterstunden.



TIPP:

Nach erfolgreichem Abschluss der BASIC-Prüfung hast du die Möglichkeit, dich für die weiterführende Ausbildungsvariante zu entscheiden.



- **Variante 2: Yogalehrer/in RDY / EYA (der Deutschen Yoga Gesellschaft) - 720h**

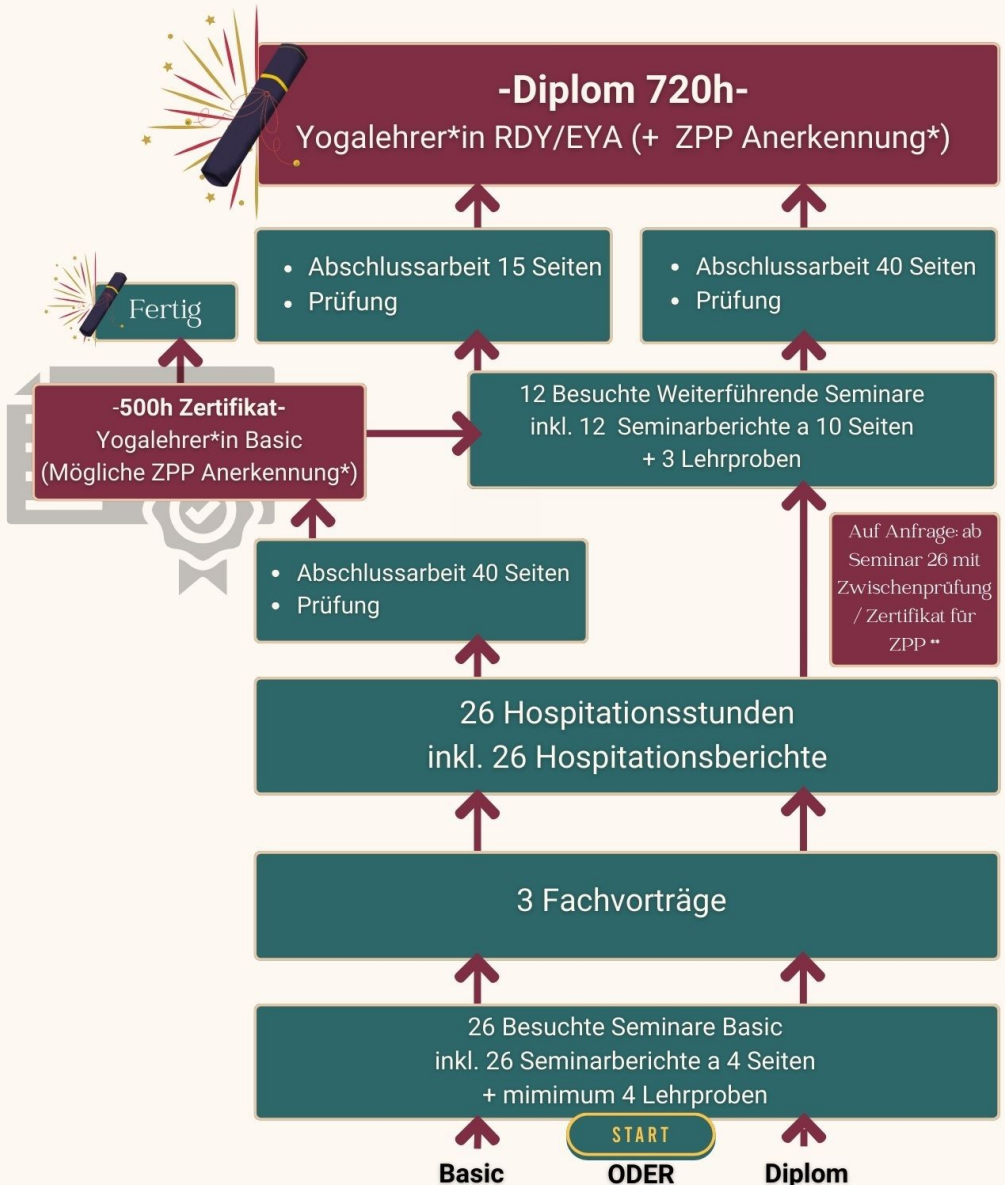
Nach Abschluss aller 38 Module (reichlich 3Jahre) und erfolgreich abgelegter Prüfung erhältst du das Diplom Yogalehrer RDY/EYA der Deutschen Yoga Gesellschaft.

Die Diplom-Ausbildung bietet dir einen erweiterten Raum für Reflexion und Entfaltung, der zu einem tieferen Verständnis der Yoga-Philosophie und -Praxis führt.

Durch eine Zwischenprüfung nach dem 26. Modul kannst du bereits vorab die Anerkennung der ZPP einleiten.

DEIN WEG ZUM YOGALEHRENDEN

WAHLWEISE: 500 ODER 720 STUNDEN:



*nach Prüfung durch ZPP
**Prüfungsgebühr beachten

PREISE

Basic



Diplom

- 26 Seminare, je 180€
- 26 Hospitationen
- 3 Vorträge
- min. 4 Lehrproben
- Zertifikat 500h

Gesamt:
4.680€*

- zzgl. Prüfungsgebühr**

- 38 Seminare je, 175€
- 38 Hospitationen
- 6 Vorträge
- min. 7 Lehrproben
- Titel:

Yogalehrer*in RDY/EYA

Gesamt:
6.650€*

- zzgl. Prüfungsgebühr**

Keine weiteren Zusatzkosten.

* Der Gesamtpreis beinhaltet bei Ausbildungsstart eine Einschreibegebühr von 500€, die am Ende der Ausbildung verrechnet wird.

** Je nach gewähltem Abschluss/ Zwischenprüfung Diplom: 250€ - 350€.

Zahlung der Seminare monatlich, pro besuchtes Seminar.

Nach erfolgreichem Abschluss der BASIC-Prüfung hast du die Möglichkeit, dich für die weiterführende Ausbildungsvariante zu entscheiden.

Ausbildungsstart: MONATLICH



**Die beste Investition ist immer die
IN DICH SELBST :-)**

DEINE VORTEILE DER YOGALEHRER-AUSBILDUNG YOGA-AKADEMIE VERITAS:

START:

Monatlicher Einstieg, ganz individuell.
Alle Seminare finden in Präsenz statt.



Erweitere deine persönliche Yogapraxis
und unterrichte aus vollem Herzen.



Elerne die Kunst des Yoga-Unterrichtens
und teile sie mit Gleichgesinnten zur
gemeinsamen seelischen Bereicherung.



Körperwahrnehmung, Pranayama und
Meditation kompetent anleiten.



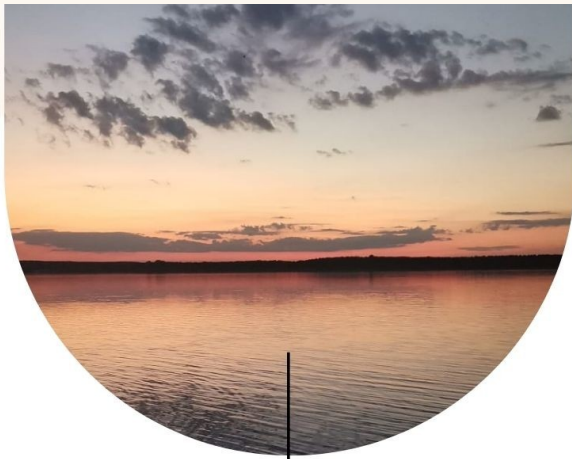
Du erhältst Yoga-Wissen in:
Psychologie, Pädagogik, Anatomie,
Yogapraxis und vieles mehr.

ZENTRALE
PRÜFSTELLE
PRÄVENTION

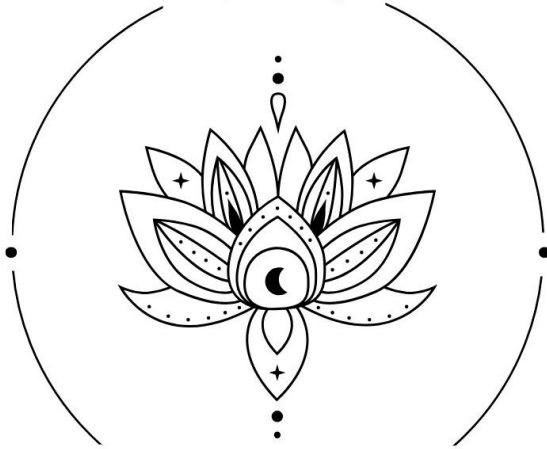


Dein finanzieller Vorteil: Als anerkannte
Yogalehrperson mit ZPP-Zertifikat besteht für
deine zukünftigen Yogaschüler die
Möglichkeit, dass ihre Krankenkasse bis zu
100 % der Kursgebühr übernimmt.





YOGA



VERBINDET



Seminarablauf vor Ort



Samstag

08.30-09.30 Yoga

09.30-12.00 Seminar (inkl. Pause)

12.00-13.00 Mittag

13.00-17.30 Seminar (inkl. Kaffeepause)

Sonntag

08.30-09.30 Lehrprobe

09.30-12.00 Seminar (inkl. Pause)



Mittagspause

Samstags:

Wechselndes
Vegetarisches
Gericht gegen einen
Obolus erhältlich.

Gratis
Kaffee & Tee



Selbstverständlich
darfst du eigene
Speisen & Getränke
mitbringen



Aktuelle
Seminartermine
unter:



YOGALEHRER AUSBILDUNG BUCHEMPFEHLUNG



Yogatherapie

Sigmund Feuerabendt

Das Yogasutra

Sigmund Feuerabendt

Lehrbriefe Indische Körperertüchtigung

Boris Sacharow

Das Grosse Geheimnis

Boris Sacharow

Hathayogapradipika

Svatmarama

weitere Buchempfehlungen:

Yoga Anatomie

Leslie Kaminoff

YOGA Tradition und Erfahrung

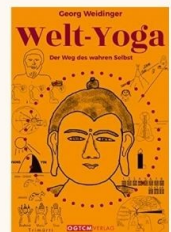
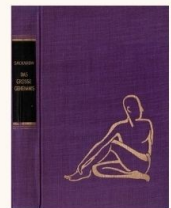
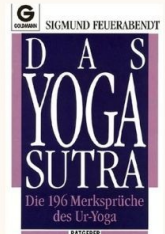
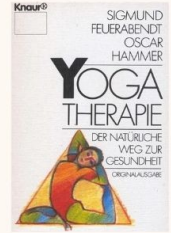
T.K.V. Desikachar

Über Freiheit und Meditation - das Yoga Sutra des Patanjali

T.K.V. Desikachar

Welt-Yoga

Georg Weidunger



Was genau ist die ZPP & wie funktioniert der Zertifizierungsprozess?

Aktualität beachten

Die Zentrale Prüfstelle Prävention (ZPP) ist eine Einrichtung, die im Auftrag der gesetzlichen Krankenkassen in Deutschland tätig ist. Ihre Hauptaufgabe besteht darin, die Qualität und Wirksamkeit von Präventionskursen im Gesundheitsbereich zu überprüfen und zu zertifizieren



ZENTRALE
PRÜFSTELLE
PRÄVENTION

Für Yogalehrer, die ihre Kurse von der ZPP zertifizieren lassen möchten, sind im wesentlichen folgende Schritte relevant

Zertifizierung als Yogalehrer: Die ZPP überprüft gemäß deiner Ausbildungsangaben (Zertifikat der Yoga Akademie Veritas mit mindestens 500 Ausbildungsstunden inklusive Berufs- oder Studienabschluss) deine Qualifikation gemäß den aktuellen Bestimmungen.

Die Ausbildung im Yogazentrum Chemnitz ist für die ZPP-Zertifizierung geeignet.

Zertifizierung von Yogakursen in verschiedenen Varianten:


1. Zertifizierung eines Kurses auf Basis von Konzepten (z. B. Konzepte des Yogazentrums Chemnitz, auf Anfrage erhältlich). Diese Variante erfordert eine Konzepteinweisung durch den Inhaber des Konzepts.
2. Zertifizierung eigener Yogakurse ohne Erstellung eines Konzepts.
3. Zertifizierung eines eigens erstellten Konzepts und Zertifizierung des dazugehörigen Kurses.

Was sind deine Vorteile bei einer Zertifizierung durch die ZPP?

Kursdurchführung und Abrechnung mit den Krankenkassen: Nach erfolgreicher Zertifizierung durch die ZPP können die Teilnehmer*innen der Yogakurse zweimal pro Jahr eine Förderung von bis zu 100 % durch ihre gesetzliche Krankenkasse erhalten. Es ist wichtig zu beachten, dass die genauen Anforderungen und Abläufe variieren können.

Du solltest dich direkt an die ZPP wenden oder ihre Webseite konsultieren, um die aktuellen Richtlinien und Prozesse zu erfahren.

Bei Fragen stehen wir dir selbstverständlich gerne zur Verfügung.



NEUGIERIG?
MEHR INFOS ZUR
AUSBILDUNG
&
WEITERBILDUNG





SCAN ME

AKTUELLE TERMINE
&
INFOS

KONTAKT **YOGA**
Zentrum Chemnitz

 0371 33 40 87 0

 yogazentrum-info@web.de

 Yogazentrum Chemnitz
Inhaber: Silvio Reiß
Wiesenstraße 11c
D-09111 Chemnitz

YO/GA
AKADEMIE VERITAS
Seit 2011