

# Yogalehrerausbildung

## BEAUTY / WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien, umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation. Die Wertschätzung der gesundheitsfördernden und heilenden Effekte hat längst auch bei uns

Einzug gehalten. Als Yogalehrer/in bzw. Yogatherapeut/in vermitteln Sie diese praktischen Übungen an Individuen und Gruppen auf höchstem Niveau.

Im Verlauf der Ausbildung lernen Sie alle entspannenden und therapeutischen Einsatzmöglichkeiten, Indikationen und Kontraindikationen. Yoga hilft auch, die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

### Seminarinhalte:

- Yoga-Philosophie und Geschichte / Quellentexte (exemplarisch)
- Die großen Yoga-Wege
- Astanga-Yoga (Patanjali, 8-facher Pfad)
- Medizinische Grundlagen
- Therapeutische Körperstellungen (Asana)
- Yoga-Atemtherapie / Atemtechniken (Pranayama)
- Meditation
- Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis

Bitte mitbringen: warme Socken, bequeme Kleidung, Unterlage, Decke!  
eigene Wasserflasche.

Nach dem Präventionsleitfaden der gesetzlichen Krankenversicherungen (Leitfaden Primärprävention - Handlungsfelder und Kriterien des GKV-Spitzenverbandes, §§ 20 und 20a SGB V), zählt Hatha Yoga zum Handlungsfeld „Entspannung“. Für eine mögliche Zertifizierung als Anbieter von Dienstleistungen zur Primärprävention nach den Vorgaben der gesetzlichen Krankenkassen ist der Umfang von mindestens 500 Unterrichtseinheiten vorgegeben.

Der Aufbaukurs umfasst zusätzliche 252 Unterrichtsstunden und wird mit einer Abschlussarbeit von mind. 30 Seiten, einer praktischen Prüfung sowie einer 20-minütigen, mündlichen Prüfung in der Gruppe abgeschlossen.

Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis erhalten von der Paracelsus Akademie ein Zertifikat "Yogatherapeut/in", Teilnehmer/innen ohne Heilerlaubnis den Abschluss z. "Yogalehrer/in".

**Dozent/in Sandra Baake:**

### Termine:

**Sa. 13.09.2025**

09:00-18:00 Uhr

**So. 14.09.2025**

09:00-16:00 Uhr

**Sa. 11.10.2025**

09:00-18:00 Uhr

**So. 12.10.2025**

09:00-16:00 Uhr

**Sa. 15.11.2025**

09:00-18:00 Uhr

weitere Unterrichtstermine  
unter [paracelsus.de](http://paracelsus.de)

### Preis:

**3990,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Gördelinger Str. 47  
38100 Braunschweig  
Tel. 0531 - 250 21 41**

Seminarnummer:  
**SSA33130925**

### Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Akademie
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: [www.paracelsus.de](http://www.paracelsus.de)
- per QR:

