

# Yogatherapie – Grundkurs

## Yogalehrerausbildung

### BEAUTY / WELLNESS



Yoga, die uralte Philosophie- und Gesundheitslehre aus Indien, umfasst zahlreiche körperliche und geistige Übungen zur Sammlung, Konzentration und Meditation, deren gesundheitsfördernde und heilende Effekte längst auch bei uns Einzug gehalten

haben. Als Yogalehrer/in bzw. Yoga-Übungsleiter/in vermitteln Sie diese praktischen Übungen an Einzelne und in Gruppen auf höchstem Niveau.

Die Ausbildung findet in der Tradition des Viniyoga statt. Es ist das Yoga der kleinen Schritte und der individuell angepassten Übungen; bei denen die Qualität der Übung wichtiger ist als seine äußere Form und der Atem ein zentraler Aspekt der Asanapraxis ist.

Thematische Schwerpunkte: die äußerst lebenspraktische Philosophie des Yoga-Sutra von Patanjali, Medizinische Grundlagen, Therapeutische Körperstellungen (Asanas) mit Variationen, Yoga- Atemtechniken/Atemtherapie (Pranayama), Meditation, sinnvolle Übungseinheiten erstellen (Vinyasa Krama), Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis u.v.m.

Das Ausbildungsangebot richtet sich an Therapeut/innen aus dem Beauty- und Wellnessbereich, Heilpraktiker/innen (und -anwärter/innen) sowie andere am Thema interessierte Berufsgruppen. Erweitern Sie Ihr Praxisportfolio, erarbeiten Sie sich ein neues, berufliches Standbein oder nutzen Sie Ihr neu gewonnenes Wissen.

Das Seminar ist das erste Modul auf dem Wege einer möglichen Zertifizierung als Anbieter von Dienstleistungen zur Primärprävention nach den Vorgaben der gesetzlichen Krankenkassen. Insgesamt benötigen Sie für die Zertifizierung 640 Ustd., einen entsprechenden Grundberuf oder mindestens 200 Stunden Kursleitererfahrung ohne einen solchen. Detaillierte Informationen finden Sie unter § 20 SGB V in Verbindung mit dem Leitfaden Prävention und den Kriterien zur Zertifizierung der Zentralen Prüfstelle Prävention. Weiterführende Module, Aufbaukurs und Masterclass, finden Sie Paracelsus Seminarprogramm.

Bitte bequeme Kleidung und eine Übungsmatte/Decke mitbringen.

Termine:

**Sa. 05.04.2025**

**So. 06.04.2025**

**Sa. 03.05.2025**

jew. 09:00-18:30 Uhr

**So. 04.05.2025**

09:00-18:00 Uhr

**Sa. 31.05.2025**

09:00-18:30 Uhr

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

Preis:

**3990,- Euro \***

**Paracelsus  
Gesundheitsakademie  
Bahnhofstr. 17  
94032 Passau  
Tel. 0851 - 7 39 61**

Seminarnummer:

**SSA83050425**

Anmeldemöglichkeiten:

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



**Dozent/in Markus Übelhör:** Herr Übelhör, geb. 1972, ist Berater für salutogene Kommunikation, Yoga-Lehrer nach Katchie Ananda und Sozialpädagoge. Sein Lieblingsthema ist, mit Menschen und Organisationen Wege zu mehr Stimmigkeit, Gesundheit und Balance zu finden. Das macht er in der Arbeit mit Menschen mit psychischer Krankheit, als Leiter einer Männergruppe und Berater, in seinen Achtsamkeits-Meditationen, Yoga-Kursen und -Workshops, in Italienisch-Kursen, in Gruppenseminaren zur Stressregulierung, Resilienz, Aktivierung der Selbstheilungskräfte, in Trainings für Führungs- und Pflegekräfte und in der Beratung und Entwicklung von Organisationen. Er entwickelte die App für mehr Kohärenz solutionspace und gründete mit Sandra Kunz und Maria Sailer das Zentrum für Salutogenese süd.

**Dozent/in Barbara Franz:** Barbara Franz, Yogalehrerin YSS/BDY selbstverpfl. ist Inhaberin des Yogastudio Franz in Passau und freischaffende Landschaftsarchitektin. Inspiriert und fasziniert von der Kraft des Atems praktiziert sie Vinyasa-Yoga, einen ganzheitlichen Übungsweg in der Tradition der indischen Yogalehrer Shri T. Krishnamacharya und T.K.S. Desikachar: Yoga in fließenden, achtsamen Bewegungen, geführt von der Atmung. Ihr besonderes Interesse gilt der Heilkraft des Yoga weshalb sie ihren Schwerpunkt in Yogatherapie und Ayurveda gesetzt hat. 2008-2010 hat sie ihre Ausbildung an der Yogaschule Straubing absolviert. 2013-2015 folgte die Yogatherapieausbildung an der Yogaschule Erlangen, 2015 - 2016 eine Ayurveda-ausbildung bei Dr. E.P. Jeevan in Bad Endorf und 2019- 2021 die Integration zur Yogalehrerin BDY.

