



WAY



Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

WAY-Diplom 2-Jahres-Ausbildung **Yogalehrer/Personaltrainer 500h**

Karin Schneider

hat erfolgreich an dem Zertifikatslehrgang Yogalehrer /
Personaltrainer 500h nach den Richtlinien der American Yoga
Alliance teilgenommen.

Die Ausbildung bestand insgesamt aus 550 Unterrichtseinheiten
á 45 Minuten, die sich aus Theorie und Praxis zusammensetzten,
sowie 200 Unterrichtseinheiten im Eigenstudium. Die Lehrgangs-
inhalte entsprechen den Richtlinien der Yoga Alliance und des
BDY.

Die lehrganginterne schriftliche Prüfung, Lehrprobe und Ab-
schlussarbeit wurde mit Erfolg nachgewiesen. Die Ausbildung
fand vom 15.10.2017 bis 30.07.2020 statt.

Marion Neises, Geschäftsführung
E-RYT500

Wiesbaden, den 30.07.2020



WAY

Europäische Akademie für **Yoga** und ganzheitliche Gesundheit

Die Ausbildungsinhalte und die absolvierten Unterrichtseinheiten der Module 1 bis 5 sowie Wochenenden gliedern sich in unserem Institut wie folgt:

- 200 UE Hatha Yoga nach Yesudian und Vinyasa Flow
- 30 UE Einführung Meditation / 8-facher Pfad
Praxis + Didaktik / Chakren Meditation + Klangschalen
- 60 UE Pädagogik / Didaktik / Methodik
Alignment / Asanakunde/Adjustments/Assists
- 110 UE Psychologie + Coaching für Yogalehrer
Einführung Yoga Personal Training
Medizin: Anatomie und Physiologie
Krankheitslehre:
 - Bewegungsapparat
 - Herz-Kreislauf-System
 - Atemsystem
 - Hormonsystem
 - Harnsystem
 - Lymphsystem
 - Immunsystem
 - Nervensystem
- 70 UE Geschichte des Yoga
Philosophie:
 - Yoga Sutra
 - Hatha Yoga Pradipika
 - Bhagavad Gita
 - Upanishaden
- 20 UE Ethik für Yogalehrer
- 50 UE Praktikum / Anleiten eigener Stunden
- 10 UE Berufskunde / Selbstständigkeit als Yogalehrer
Kommunikation für Yogalehrer
- 550 UE Präsenzunterricht**
- 200 UE Hausarbeiten**