

Purusha's Yoga für inneren Frieden

Yogalehrer für eine neue Zeit
Ausbildungsprogramm ab Januar 2019



Yoga ist wie Musik.

*Der Rhythmus des Körpers, die Melodie des Geistes und die
Harmonie der Seele erschaffen die Symphonie des Lebens.*

(BKS Iyengar)

www.purushas-yoga-spirit.de

Yogalehrer für eine neue Zeit



Yoga-Lehrer-Ausbildung mit Zertifikat ab Januar 2019

2-Jahres-Ausbildung mit 500 Unterrichtsstunden aufgeteilt in 10 Wochenenden pro Jahr und 3 Wochenblocks pro Jahr.
Prüfung mit Vorbereitung ca. 3 Tage extra.

Gesamtkosten Ausbildung: 4000,00 € (monatlich 167,00 €), Prüfung 100,00 €.

Ort: im schönen ländlichen Niederbayern, Nähe Burghausen.
Übernachtungsmöglichkeiten gibt es in der näheren Umgebung.
Mittagessen vegan und gemeinsam.

Weitere Angebote sind: Jahresgruppen, Friedensarbeit, Wochenendseminare für Yoga, Meditation und Naturerfahrung.

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Ulrike Fischer,
Telefon: 08678 7491319 oder per
E-Mail: ullicarola415@gmail.com

Ausbildungsprogramm ab Januar 2019:

Ausbildungsfach: HATHA-YOGA

- mit vielen Variationen, um zu motivieren, damit die Teilnehmer eigene Übungen erfolgreich ausführen können.
- Spielerisches Lernen und Lehren.
- Körperbewußtsein – Friedensbewußtsein.

Im 1. Halbjahr überwiegen Selbsterfahrung!

Pranayama, Atemtechniken, Verbindung mit Prana/Chi, der Quelle des Lebens, die dich durchströmt. Anwendung und Wirkungsweise, sowie Kontra-Indikation in der Übungs-Praxis.

• YOGA-NIDRA UND MEDITATION

Erfahrung der feinstofflichen Ebenen und Tiefenentspannung.

• CHAKREN UND MUDRAS in Anwendungsmöglichkeiten.

• Psychologie, Psychosomatik, Pädagogik (Didaktik/Methodik) Ansätze der Geistheilung/Gesundheitsbewusstsein.

• Zusätzlicher Unterricht zum Teil durch externe Dozenten in Physiologie, Anatomie, Pädagogik.

• Yoga Sutra des Patanjali: Basiswissen des yogischen Weges.

• Philosophischer Hintergrund des Yoga.

• Persönlichkeitsentwicklung.

„Gefühle kommen und gehen
wie Wolken am Himmel,
die der Wind vor sich her treibt.
Achtsames Atmen ist mein Anker
im Hier und Jetzt.“

(Thich Nhat Hanh)



Gruppentraining von Ausbildungsinhalten. Unterrichten und selbständige Dokumentation.

Nach 2 Jahren und 500 Unterrichtsstunden ist es möglich, eine Prüfung nach vorheriger Lehrprobe abzulegen. Das Zeugnis berechtigt den Titel „Yogalehrer/In“ zu tragen. Außerdem ist es dann auch möglich, die Anerkennung für die Krankenkassen bei der zentralen Prüfstelle Prävention (ZPP) zu beantragen. Die Basis für eine eigenständige Tätigkeit als Yogalehrer/In ist somit bereits nach 2 Jahren gewährleistet.



In der Yogalehrer-Ausbildung wird ein offener ganzheitlicher und spiritueller Weg der Veränderung zu besserer Gesundheit, Achtsamkeit und Bewußtheit gelehrt. Dies umfasst den ganzen Menschen mit Körper, Geist und Atem.

Im Laufe der Ausbildung werden die Teilnehmer befähigt, selbständig, verantwortungsvoll und kompetent zu unterrichten und ihr Wissen in unterschiedlichen Bereichen anzuwenden.

Ulrike Fischer

Qualifikation:

- Studium für freie Kunst und Kunsttherapie (4 Jahre Fachhochschule, Diplom).
- Heilpraktikerin für Psychotherapie.
- Ausbildung zur Märchentherapeutin mit katathymen Bild-Erleben.
- Aura-Licht-Massage bei Jean Ringenwald.
- Ausbildung zur Yogalehrerin bei Yoga-Vidya. Abschluss 2001.
- Fortbildung in Hormon-Yoga nach Dinah Rodrigues u. Adelheid Ohlig (Luna-Yoga).
- Pädagogische Fortbildungen für spielerisches Lernen bei Dr. Hailmeier.



Praktische Tätigkeiten:

10 Jahre Arbeit in einer psychosomatischen Klinik (Kunsttherapie, Stellvertretung der Psychologen für therapeutische Gespräche, Therapeutisches Rollenspiel, Familienaufstellungen).

5 Jahre Zusammenarbeit in freier Praxis mit verschiedenen Ärzten, zwei Jahre Yoga-Unterricht in psychosomatischer Klinik unter ärztlicher Aufsicht.



Spirituelle Schulungen:

- Aus- und Fortbildungen bei Yoga Vidya (verschiedene Yogastile) über mehrere Jahre.
- 10 Jahre Schülerin bei dem spirituellen Lehrer Reshad Field („ich ging den Weg des Derwisch“) mit Initiation (Deutschland, England).
- 3 Jahre Schülerin bei der spirituellen Lehrerin A. Kaiser in der Schweiz), Ausbildung: „Do - der Weg ohne Namen“, 3 Jahre mit Initiation und Lehr-Erlaubnis des „DO-Weges“.
- Pilgerreise nach Südindien.
- Seit 2011 regelmäßige Teilnahme an Zusammenkünften mit dem spirituellen und kosmischen Meister Mario Mantese (Schweiz).

Purusha's Yoga für inneren Frieden



Ulrike Fischer
Gartenstraße 12
84533 Stammham

Telefon: 08678 74 91 319
ullicarola415@gmail.com
www.purushas-yoga-spirit.de