

# Purusha's Yoga für inneren Frieden

*Yogalehrer für eine neue Zeit*  
Ausbildungsprogramm ab Januar 2022



*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 2022

*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: 4500,- € (kann in Raten bezahlt werden), Prüfung 150,- €.*

*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 2022:

## **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 Rodruiges u. Adelheid Ohlig (Luna-Yoga).
- Pädagogische Fortbildungen für spielerisches Lernen bei Dr. Hailmeier.
- Ausbildung als energetische Heilerin bei Susanne Schelling, Lichtoase 2019/20

### 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](http://www.purushas-yoga-spirit.de)