

 Beauty und Wellness

Yogalehrerausbildung

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 bei uns Einzug gehalten.

Als Yogalehrer/in, -therapeut/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 unter Einbeziehung neuester wissenschaftlicher Erkenntnisse kennen.

Yoga hilft, die eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

Inhalte:

- Yoga-Philosophie und Geschichte / Quellentexte (exemplarisch)
- Die großen Yoga-Wege
- Ashtanga-Yoga (Patanjali, 8-facher Pfad)
- Medizinische Grundlagen
- Therapeutische Körperstellungen (Asana)
- Einführung in bedeutende Yogatraditionen
- Yoga-Atemtherapie / Atemtechniken (Pranayama)
- Meditation
- Entgiftungs- und Reinigungstechniken (Satkarma / Kriya)
- Kundalini-Yoga
- Energieansammlung und Energielenkung (Bandha, Mudra)
- Grundlagen ayurvedischer Ernährung
- Unterrichtsgestaltung, Didaktik, Beratungspraxis

Nach Abschluss erhalten Teilnehmer/innen mit Heilerlaubnis das Zertifikat Yogatherapeut/in, Teilnehmern/innen ohne Heilerlaubnis wird die Fachfortbildung Yogalehrer/in bescheinigt.

Zusätzliche Materialkosten sind im Seminarpreis enthalten.

Ein Aufbaukurs bietet mit seinen 252 Ustd. das nächste Modul auf dem Wege einer möglichen Zertifizierung als Anbieter/in von Dienstleistungen zur Primärprävention nach den Vorgaben der gesetzlichen Krankenversicherer. Gern informiert Sie Ihre Studienleitung vor Ort über die Masterclass mit 136 Ustd, die mit einer Überprüfung endet.

Insgesamt benötigen Sie für die Zertifizierung 640 Ustd., einen entsprechenden Grundberuf oder mindestens 200 Stunden Kursleitererfahrung – detaillierte Informationen finden Sie unter § 20 SGB V in Verbindung mit dem Leitfaden Prävention und den Kriterien zur Zertifizierung der Zentralen Prüfstelle Prävention.

Termine

Fr, 11.09.2026
16:00–20:00 Uhr
Sa, 12.09.2026
10:00–18:00 Uhr
[und 31 mehr](#)

Preis

3.990,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
München
Bayerstr. 16a
80335 München
Tel. 089-59 78 04

Seminarnummer

SSH80110926

Anmeldemöglichkeiten

- ☑ Bei jeder Akademie
- ☑ Per Fax: 0261-952 52 33
- ☑ Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 23.03.2026

Dozentin

Beret Ohlendorf

Jahrgang 1980. Nach ihrer 15 jährigen Selbstständigkeit im Bereich Merchandising reiste sie 2013 nach Indien und begann ihren Yogaweg. Ab 2014 ließ Beret sich in Deutschland und Österreich in verschiedenen Yogabereichen ausbilden: Yogatherapie, Ashtanga Yoga n. P. Jois, Shivananda Yoga, Yesudian Yoga (500h AYA/BDY). Von 2017 bis 2019 studierte sie Yogawissenschaften und bildet nun als "Yogacarya" selbst Yogalehrer aus. Seit 2017 ist sie Seminarleiterin und Ausbilderin an verschiedenen Bildungsstätten. Nach ihren Hospitanzen in Ayurveda Kliniken in Indien & Deutschland begann sie 2021 das Studium zur "med. Spezialistin für Ayurveda Medizin" und