

 Beauty und Wellness

Yoga-Ausbildung: Grundkurs Übungsleiter/in (Modul 1)

Yoga ist weit mehr als nur Bewegung. Es ist eine ganzheitliche indische Philosophie und Gesundheitslehre, die seit Jahrtausenden Körper und Geist harmonisiert. Durch das Zusammenspiel aus präzisen körperlichen Übungen (Asanas), tiefer Konzentration und Meditation führt Yoga zu innerer Sammlung und mentaler Stärke.

In unserer fundierten Ausbildung zum Yoga-Übungsleiter/in (Modul 1) erlernen Sie das Handwerkszeug, um diese wertvolle Praxis professionell an andere weiterzugeben. Sie erfahren, wie Sie inspirierende Yoga-Kurse für Menschen jeden Alters konzipieren oder maßgeschneiderte Einzelcoachings individuell gestalten.

Dabei legen wir großen Wert auf die Praxis-Sicherheit, damit Sie wichtige Indikationen und Kontraindikationen richtig einschätzen können. Neben der fachlichen Qualifikation bietet Ihnen diese Yoga-Ausbildung die Chance, Ihre eigene Persönlichkeit weiterzuentwickeln und tiefere Achtsamkeit in Ihr eigenes Leben zu bringen.

Inhalt:

- Geschichte und Philosophie von Yoga
- Medizinische Grundlagen: Anatomie, Physiologie und Kontraindikationen
- Yoga-Grundlagen: Einführung in Patanjalis achtfachen Pfad
- Klassische Körperstellungen (Asanas)
- Atemtechniken und Achtsamkeit: Grundlagen des Pranayama und der Meditation
- Energie- und Reinigungstechniken: Kundalini-Yoga, Kriyas, Bandhas, Mantras
- Didaktik und Aufbau erster eigener Kursstunden

Bitte bringen Sie eine Yoga-Matte sowie bequeme Kleidung und Schreibutensilien mit.

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie das Zertifikat zum/zur Yoga-Übungsleiter/in.

Termine

Fr, 08.01.2027
10:00-18:00 Uhr

Sa, 09.01.2027
10:00-17:00 Uhr

[und 11 mehr](#)

Preis

1.840,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Hamburg
Barmbeker Str. 8
22303 Hamburg
Tel. 040-691 11 91

Seminarnummer

SSA20080127V1

Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 21.10.2026

Dozentin

Halima Beljirouet

Halima Beldjirouet ist Yoga-Therapeutin und zertifizierte Präventions-Spezialistin mit über 1.000 Ausbildungsstunden. Ihre Ausbildung absolvierte sie an den Paracelsus Schulen daraus resultiert ihre Zulassung durch die gesetzlichen Krankenkassen nach §20 SGB V. Als angehende Heilpraktikerin verbindet sie medizinisches Wissen mit Körperarbeit, Faszien und Nervensystemregulation. Als anerkannte Fachkosmetikerin bringt sie Erfahrung in direkter Körpertherapie und manuellem Behandeln mit. Yoga bedeutet für sie Transformation durch Präsenz, Atem und Bewegung. Mehrsprachig (Deutsch, Französisch, Arabisch, Englisch) begleitet sie Schülerinnen und Schüler individuell auf ihrem Weg. Ihr Unterricht ist kein Standard er ist Begegnung.