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, 14.05.2027
10:00-18:00 Uhr
Sa, 15.05.2027
10:00-18:00 Uhr
und 10 mehr

Preis

1.840,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule Augsburg
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1
86153 Augsburg
Tel. 0821-349 95 56

Seminarnummer

SSH89140527

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf unserer Webseite

Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 30.10.2026

Dozentin

Marion Stark

Jg. 1985, Kinderpflegerin, bestand 2024 die Heilpraktikerprüfung vor dem Gesundheitsamt München. Seit März 2026 ist sie in eigener Praxis in Weichering tätig. Ihre Schwerpunkte liegen in Akupunktur, Ernährungsberatung sowie der Begleitung von Menschen mit Stress, hormonellen Beschwerden, Darmproblemen und Schmerzen. Ergänzend ist sie als Yogalehrerin qualifiziert. Ihre Freude am Lernen und ihre Begeisterung für den menschlichen Körper prägen ihre Arbeit. Besonders interessiert sie sich dafür, wie unterschiedliche Lernmethoden eingesetzt werden können, um medizinische Zusammenhänge verständlich und nachhaltig zu vermitteln. Erfahrungen als Dozentin sammelte sie in Vorträgen, Workshops und der Kinderyoga-Ausbildung.