

---

# 40h VINYASA YOGA TEACHER TRAINING

für Quereinsteiger  
in Baar / Zug 2017

---

in Zusammenarbeit mit

**beayogi**



Mit dieser Ausbildung sprechen wir ausgebildete Yogalehrer/innen aus anderen Yogastilen und -Richtungen an. Du kommst beispielsweise aus den Bereichen Hatha, Sivananda oder Kundalini und möchtest dich im Praktizieren und Unterrichten des Vinyasa Yogas weiterbilden. Ziel ist es nach diesem Teachertraining traditionelle Vinyasa Yoga (Power Yoga) Stunden für Einsteiger sicher unterrichten zu können.

## ANMERKUNG

Diese Fortbildung ersetzt NICHT unsere 200h Yogalehrerausbildung sondern bietet Quereinsteigern die Möglichkeit, tief in die Thematik des Vinyasa Yogas einzutauchen. Um Vinyasa Yoga Stunden sicher zu unterrichten, ist die eigene intensive Praxis unumgänglich. Wenn du nach diesem 40h Teachertraining noch tiefer ins VINYASA eintauchen möchtest, bietet sich unsere 40h Sequencing Aufbauausbildung an.

## INHALT

- Das System Vinyasa Yoga
- Masterclasses, intensives Praxistraining
- Die Geschichte des Vinyasa Power Yogas
- Vinyasa Krama, der Stundenaufbau von Basic und Mittelstufen Kursen
- Die Eckpfeiler des Vinyasa Yogas:  
Drishtis (Fokuspunkte), Bandhas (Körperverschlüsse) und Ujjayi Atmung
- Die Adjustments & Assists (Hands-On) im Vinyasa Yoga
- Die korrekte Ausrichtung der Asanas
- Struktur finden: wie baue ich meinen Vinyasa Yoga Unterricht sinnvoll auf Praxistraining im Unterrichten
- Das Ausarbeiten von eigenen Stundeprofilen (Präsentation einzelner Parts am 2. Wochenende)
- Die Drishtis (Fokuspunkte) der einzelnen Asanas
- Praxistraining mit Fokus auf die eigene Unterrichtsgestaltung
- Präsentation eines eigenen Studienprofils, Feedbackgespräch

## ZERTIFIZIERUNG

Nach erfolgreicher Teilnahme bekommst du ein Zertifikat von uns ausgehändigt. Die AYA Anerkennung bekommst du allerdings erst, wenn du eine 200h Ausbildung absolviert hast. Falls du daran interessiert bist, kannst du nach der Teilnahme an diesem 40h Teachertraining auch in unsere 200h Ausbildung quer einsteigen.

## VORAUSSETZUNG

Alle Yogalehrer, die bereits eine 200h Ausbildung absolviert haben, können bei unserer 300h+ Ausbildung teilnehmen. Von Vorteil ist eine Vinyasa Yoga basierte 200h Ausbildung, dies ist aber kein Muss – es sollte aber Praxiserfahrung im Vinyasa Stil vorhanden sein.

## DAUER DER AUSBILDUNG / TERMINE

Die Ausbildung dauert 6 Tage verteilt auf zwei Blöcke

### **21. - 23. JUNI 2019**

FR 13.00h - 18.00h, SA 10.00h - 16.00h, SO 10.00h - 16.00h

### **6. – 8. SEPTEMBER 2019**

FR 13.00h - 18.00h, SA 10.00h - 16.00h, SO 10.00h - 16.00h

## PREIS

CHF 760.-

### **Frühbucher Rabatt:**

Bei Anmeldung und Bezahlung bis zum 31.01.2019: CHF 690.-

## REFERENTIN

**Beatrice Peter**, dipl. Yogalehrerin, Master Referentin der Vinyasa Yoga Akademie

Weitere Infos zum VINYASA Yoga Team unter: [www.vinyasa-yoga.de](http://www.vinyasa-yoga.de)

## AUSBILDUNGORT

beayogi Yoga Studio

Haldenstrasse 5, Eingang H14

6340 Baar (bei Zug)

## KONTAKT & ANMELDUNG

beayogi

Beatrice Peter

Haldenstrasse 5

CH-6340 Baar

Telefon: +41 79 200 22 85

E-Mail: [info@beayogi.ch](mailto:info@beayogi.ch)

[www.beayogi.ch](http://www.beayogi.ch)

[www.vinyasa-yoga.ch](http://www.vinyasa-yoga.ch)

