



DO MORE YOGA

Teacher Training Grundausbildung 240hr 2024/2025

1. WKND MÄRZ 2024	KLASSISCHER YOGA
02. März 09 - 17.00 03. März 09 - 17.00 11. März 19 - 21.00	Geschichte, Yogaphilosophie, Yoga in Beziehung zur abendländischen Kultur Praxis
2. WKND APRIL 2024	REINIGUNGSTECHNIKEN IM YOGA
06. April 09 - 17.00 07. April 09 - 17.00 15. April 19 - 21.00	nadis,koshas pranayama, mudras, kriyas Praxis
3. WKND MAI 2024	ANATOMIE I
04. Mai 09 - 17.00 05. Mai 09 - 17.00 13. Mai 19 - 21.00	Bedeutung & Wirkung von asanas Praxis
4. WKND JUNI 2024	METHODIK
01. Juni 09 - 17.00 02. Juni 09 - 17.00 10. Juni 19 - 21.00	Konzeption einer Yogastunde, Themenfindung, Didaktik, bhavas Praxis
5. WKND JUNI 2024	UNTERRICHTSTRAINING I
22. Juni 09 - 17.00 23. Juni 09 - 17.00 Juli 2024 08. Juli 19 - 21.00 15. Juli 19 - 21.00	Lehrproben und Kompetenz Yogapraxis Praxis Praxis
6. WKND SEPTEMBER 2024	PATANJALI'S YOGASUTRAS I
07. September 09 - 17.00 08. September 09 - 17.00 16. September 19 - 21.00	der 8-fache Pfad des Patanjali, yamas, niyamas Praxis
7. WKND OKTOBER 2024	AYURVEDA & ERNÄHRUNG
05. Oktober 09 - 17.00 06. Oktober 09 - 17.00 28. Oktober 19 - 21.00	Konstitution, Ernährung, Wohlbefinden Praxis

8. WKND NOVEMBER 2024	ANATOMIE II
04. November 19 - 21.00 11. November 19 - 21.00	Praxis Praxis
23. November 09 - 17.00 24. November 09 - 17.00	Alignment
9. WKND JANUAR 2025	PATANJALI'S YOGASUTRAS II
11. Januar 09 - 17.00 12. Januar 09 - 17.00	Meditation, Meditationstechniken, Wirkung von Meditation
10. WKND FEBRUAR 2025	PERSONAL & SOCIAL SKILLS
01. Februar 09 - 17.00 02. Februar 09 - 17.00	Yoga & Psychologie, GfK, Emotional Freedom Technique
10. Februar 19 - 21.00	Praxis
11. WKND MÄRZ 2025	ANATOMIE III
01. März 09 - 17.00 02. März 09 - 17.00	Adjustment, Hands On
10. März 19 - 21.00	Praxis
12. WKND MÄRZ 2025	UNTERRICHTSTRAINING II
22. März 09 - 17.00 23. März 09 - 17.00	Lehrproben und Kompetenz Yogapraxis
13. WKND APRIL 2025	YOGATHERAPIE- Gesundheit & Entspannung
05. April 09 - 17.00 06. April 09 - 17.00	Nervensystem, asanas als psychosomatische Übungen, Thai Yoga Massage
14. WKND MAI 2025	YOGA & FÜLLE
03. Mai 09 - 17.00 04. Mai 09 - 17.00	Dharma, svadharma, Berufskunde, Abschlussarbeit
12. Mai 19 - 21.00 26. Mai 19 - 21.00	Praxis Praxis
15. WKND MAI/JUNI 2025	GEMEINSAMER ABSCHLUSS
31. Mai 09 - 17.00 01. Juni 09 - 17.00	Zertifikate