



„Yoga ist ...  
In die Tiefe des menschlichen  
Seins eintauchen“

*B.K.S. Iyengar*



„Die Yogalehrerausbildung ist sehr  
anspruchsvoll und ich lerne viel für mein  
alltägliches Leben.“ (MK, 47 Jahre)

„Auch mit weniger Vorkenntnissen ist  
man hier gut aufgehoben.“ (VZ, 23  
Jahre)

„Mit Yoga konnte ich die 8samkeit  
begreifen.“ (MR, 65 Jahre)



# Yogalehrer- Ausbildung

## 2022

Yogabasic TT 200+  
Hatha Yoga TT 500+



### Anmeldung/Kontakt:

VGR Haren e. V.  
Emmelner Straße 37  
49733 Haren  
Tel.: 05932-7249 11

[info@vgr-haren.de](mailto:info@vgr-haren.de)

[www.vgr-haren.de](http://www.vgr-haren.de)





## Termine

### Modul 01

14.01.2022 – 16.01.2022

*Grundlagen, Geschichte, Philosophie und Quelltexte des Yoga, Ethik*

### Modul 02

11.02.2022 – 13.02.2022

*Unterrichtsgestaltung mit Methodik und Didaktik*

### Modul 03

11.03.2022 – 13.03.2022

*Asana-Praxis und Technik, Hilfsmittel*

### Modul 04

08.04.2022 – 10.04.2022

*Philosophie, Pranayama, Yoga-Praxis*

### Modul 05

20.05.2022 – 22.05.2022

*Kultur des Bewusstseins, Meditationspraxis mit ½ Tag der Stille*  
externer Tagungsort

### Modul 06

17.06.2022 – 19.06.2022

*Hatha-Yoga-Praxis und Training, Pranayama*

### Modul 07

08.07.2022 – 10.07.2022

*Medizinische Grundlagen der Anatomie und Physiologie der Yogapraxis*

### Modul 08

16.09.2022 – 18.09.2022

*Asana- Technik und Adjustments*

### Modul 09

28.10.2022- 30.10.2022

*Ethik, Psychosomatik, Psychologie und Kommunikation im Yogaunterricht*

### Modul 10

18.11.2022– 20.11.2022

*Hatha Yogapraxis, Vermeidung von Verletzungen und Vorstellstunden*

### Prüfungsmodul

26.11.2022

*Schriftliche, praktische Arbeit und Lehrprobe*

**Du erhältst Einblicke in Yoga nach B.K.S.**

**Iyengar, Yin Yoga, Achtsamkeitsyoga, Chakra Yoga und vieles mehr.**

**Lerne auf Augenhöhe, nutze deine Ressourcen, lass dich inspirieren, um DEINEN eigenen Stil zu finden.**

**Kosten:**

**3.000,00 € netto**

**excl. Prüfungsgebühren, Unterrichtsmaterial, Verpflegung, Fahrt- und Übernachtungskosten vom Wochenend- Retreat**

MITGLIED IM  
**mbsr-mbct**  
**VERBAND**  
ACHTSAMKEIT IM LEBEN



Ausbildungsleitung: Mariele Sibum- Berentelg

*M.A. Komplementäre Medizin und Kulturwissenschaften, und anerkannte*

*Yogalehrerin beim BDY e.V., sowie als Yogalehrer- Ausbilderin bei der internationalen YA Yoga Alliance. Sie ist außerdem lizenzierte Achtsamkeitslehrerin (MBSR/MSC), anerkannte Heilpraktikerin, Osteopathin und Physiotherapeutin*

**Die Yoga- Ausbilder/-innen sind bei international anerkannte Yogalehrerinnen und wurde unter anderem ausgebildet bei:**

Glenn Ceresoli (Iyengar), Australien  
Phil Lemke (Pranayama), Australien  
Lance Schuler (Vinyasa), Neuseeland  
Dr. Ron Steiner (Ashtanga), Deutschland  
Markus Henning Giess (Yin-Yoga Therapie) Neuseeland, Patricia van Asbroeck, Österreich  
Michaela Waibel, Österreich  
Jon Kabat-Zinn, Saki Santorelli, (MBSR), USA  
Kristin Neff, Christopher Germer (MSC), USA  
Bob Stahl (MBSR/ Vipassana), USA

**Die Yogalehrer – Ausbildung wird von einem qualifizierten und bewährtem Dozententeam durchgeführt!**

