

Die Ausbildung zum/r YogalehrerIn BDY/EYU umfasst mindestens 670 Unterrichtseinheiten in vier Jahren. Bestandteil der Ausbildung sind auch Vorstellstunden und eine umfassende Abschlußprüfung. Die Ausbildung besteht mindestens aus folgenden Unterrichtsfächer mit den dazugehörigen Unterrichtseinheiten:

<u>A</u>	<u>Allgemeine Lehrinhalte</u>	
1.	Medizinische Grundlagen Physiologie, Atmung, Psychosomatik	60 UE
2.	Unterrichtsgestaltung Allgemeine Unterrichtslehre Didaktik und Methodik des Yogalehrens Faktoren des Lehrens und Lernens Motivation Lehrerpersönlichkeit Lernprozesse bei Erwachsenen Teilnehmerorientierung Lernformen Äußere Faktoren des Unterrichtes Gesellschaftliche Fragen der Stellung des Yogalehrens Medien, östliche und westliche Lehrtraditionen Sprecherziehung und Sprachkunde Erstellung und Ausführung von Übungsformen	80 UE
<u>B</u>	<u>Fachliche Inhalte</u>	
1.	Hatha-Yoga asana (Übungsweise und Wirkungsweise), kriya, bandha, mudra prānāyāma	130 UE 40 UE
2.	Achtgliedriger Yoga nach Patanjali	60 UE
3.	Meditation Yoga-Meditation nach klassischen Texten Einführung in die verschiedenen Meditationsweisen	60 UE
4.	Yogaphilosophie und -geschichte Einführung in die verschiedenartigen Yogawege Studium der Grundlagentexte des Yoga (Upanishaden, Bhagavadgita) Die Verwirklichung der Yogalehren im Alltag der YogalehrerInnen, exemplarisch dargestellt an großen Lehrern des Yoga unserer Zeit (z.B. Ramakrishna, Aurobindo, Ramana Maharshi)	60 UE
5.	Yoga in Beziehung zur abendländischen Kultur (westliche Philosophie 20 Std., westliche Mystik und Weltreligionen 30 Std.) naturwissenschaftliche und religiöse Weltbilder philosophische und psychologische Traditionen Weltbilder der humanistischen und transpersonalen Psychologie Yoga im Alltag Die Aufgabe der Yogaübenden in unserer Gesellschaft	50 UE
6.	Grundbegriffe des Sanskrit	15 UE
7.	Yoga und Psychologie Selbst- und Fremdwahrnehmung Yogalehrende als Gruppenleiter Gesprächsführung für Yogalehrende	45 UE
8.	Unterrichtspraktikum Vorstellstunden Unterrichtsbesprechungen mindestens	10 UE 40 UE
9.	Berufsorientierte Qualifikationen Existenzgründung Finanzplanung Marketing	20 UE
<b>insgesamt</b>		<b>670 UE</b>

### Unterrichtspraktikum

Das Unterrichtspraktikum besteht aus 10 Vorstellstunden sowie der Teilnahme an Besprechungen von Vorstellstunden. In den Vorstellstunden sollen die Studentinnen und Studenten ihre persönliche Entwicklung im Yoga und ihre Auseinandersetzung mit den Studienfächern darstellen. Alle wesentlichen Elemente des Hatha-Yoga sollen dabei entwickelt werden: asana, kriya, pranayama, bandha, mudra, Meditation, Entspannung. Eine Vorstellstunde dauert 45 Minuten. Im Anschluss wird sie unter Leitung eines Moderators oder einer Moderatorin in der Unterrichtsgruppe besprochen.