

40 Jahre Erfahrung – eine Ausbildung mit Tradition

Als eine der ersten Ausbildungsstätten für Yoga-Lehrer/-innen in Deutschland bildet die Sebastian-Kneipp-Akademie seit 1972 Yoga-Lehrende aus – zunächst noch ohne eine bestimmte Stilrichtung zu betonen.

Dies änderte sich 1988 mit dem Eintritt von Luise Wörle (†) in die Ausbildung, die eine langjährige Schülerin von B.K.S. Iyengar und eine der ersten deutschen Yoga-Übenden war, die nach Pune an das Ramamani Iyengar Memorial Yoga Institute reisten.

In der Folge wurde die Ausbildung zum/zur „Yogalehrer/-in SKA – Hatha-Yoga in der Tradition nach B.K.S. Iyengar“ als berufsbegleitender Fernkurs geschaffen, der zunächst über einen Zeitraum von drei Jahren konzipiert war.

Diese über Jahrzehnte gewachsene Ausbildung wurde fortan beständig verbessert und vervollständigt. Dieser „Reifungsprozess“ innerhalb der Ausbildung führte Anfang 2011 zur Umbenennung in **Yogasana**.

So kann zum heutigen Zeitpunkt eine ausgereifte und anspruchsvolle vierjährige Ausbildung unter der Gesamtleitung von Karin Zugck und Barbara Weiss angeboten werden.



Die Sebastian-Kneipp-Akademie (SKA)

mit ihrem Sitz in Bad Wörishofen ist das überregionale Bildungszentrum des Kneipp-Bundes. Sie wurde 1977 gegründet, ursprünglich um Übungsleiter/-innen für ihre Tätigkeit im Kneipp-Verein zu qualifizieren.

Heute versteht sich die SKA als Bildungseinrichtung, die das ganzheitliche Gesundheitskonzept nach den Grundannahmen der Lehre Sebastian Kneipps weiterführt und weiterentwickelt.

Wir informieren zu ganzheitlichen Gesundheitsansätzen nach der Salutogenese, um Sie für Ihre Arbeit in der Gesundheitsförderung umfassend zu qualifizieren und zu begeistern.

Wir freuen uns auf Sie!



Sebastian-Kneipp-Akademie für Gesundheitsbildung

Adolf-Scholz-Allee 6–8, 86825 Bad Wörishofen

Telefon: 08247 3002-133

Telefax: 08247 3002-198

E-Mail: ska@kneippbund.de

Info



Mehr Informationen
finden Sie unter
www.kneippakademie.de
www.yogasana-ska.de

Hinweis: Kneipp ist eine eingetragene Marke der Kneipp-Werke Würzburg.



Sebastian-Kneipp-Akademie
Bad Wörishofen

Yogasana-Yoga- Lehrer/-in SKA®



Ausbildungsbeginn
24.11. bis 27.11.2016
Bad Wörishofen



3000/12/2015 – Irrtum vorbehalten; Foto: Dr. Linnéa Röth

Mehr Gesundheit durch Bildung

Die Ausbildung zum/zur **Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA** richtet sich an Yoga-Praktizierende, die sich in Theorie und Praxis vertiefend mit Yoga auseinandersetzen und als Yoga-Lehrer/-in in Einrichtungen des Bildungs- und Gesundheitswesens oder selbstständig unterrichten wollen.

Yogasana (früher: Yoga in der Tradition nach B.K.S. Iyengar) ist eine Form des Hatha-Yoga, die sich durch eine umfassende Basisarbeit in den Yoga-Haltungen auszeichnet. Kennzeichen dieses achtsamen Übungsstils sind die korrekte Ausrichtung im Asana und der Gebrauch von Hilfsmitteln.

Unsere Yogasana-Praxis-Referent/-innen können z.T. mehrere Aufenthalte am RIMY-Institut in Pune vorweisen. Alle Theorie-Referent/-innen sind neben ihrer akademischen Qualifikation ebenfalls ausgebildete Yoga-Lehrer/-innen. Unser Ausbildungsteam verfügt über langjährige Unterrichtserfahrung gepaart mit höchster fachlicher Kompetenz.

Die vierjährige Ausbildung umfasst insgesamt 800 Lehreinheiten (1 LE = 45 min). An der Sebastian-Kneipp-Akademie in Bad Wörishofen (Bayern) lernen die Auszubildenden in gleichbleibenden Klassenverbänden.

Ausbildungsstruktur

Die Ausbildung zum/zur **Yogasana-Yoga-Lehrer/-in SKA** ist als Fernlehrgang konzipiert und durch die Staatliche Zentralstelle für Fernunterricht (ZFU) als solcher anerkannt. Der Gesamtzeitraum der Ausbildung beträgt vier Jahre. Die Ausbildung besteht aus folgenden Teilen:

- Einführungsseminar
- Acht achttägigen Präsenzphasen
- Bearbeitung von Lehrbriefen in häuslicher Arbeit
- Projektarbeit
- Zwischen- und Abschlussprüfung

Yogasana – eine Form des Hatha-Yoga – der Name steht für den Inhalt der Ausbildung:
Yoga: eine Jahrtausend alte Weltanschauung und Lebenshaltung in ihrer zeitlosen Aktualität
Asana: anatomisch korrekte und achtsam ausgeführte Körperhaltung
Sana: ganzheitliche Gesundheit

Ausbildungsinhalte

Gemäß den Rahmenrichtlinien der Europäischen Yoga Union (EYU):

- Asana- und Pranayama-Praxis, detailliert und präzise
- Anatomie und Physiologie
- Einführung in die Yoga-Philosophie und Yoga-Geschichte
- Psychologie, Kommunikation und Psychosomatik
- Pädagogik, Methodik und Didaktik
- Einführung in die Meditation
- Yoga für verschiedene Zielgruppen
- Einführung in die Kneipp-Lehre

Ausbildungsziele

Die Teilnehmer/-innen werden fachlich befähigt, Yoga-Gruppen kompetent zu leiten, um selbstständig Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung durchführen zu können. Hierfür wird ein vertieftes Wissen über grundlegende Asanas in Verbindung mit den erforderlichen anatomischen, philosophischen, psychologischen und pädagogisch-didaktischen Kenntnissen vermittelt.

Beginn einer neuen Ausbildungsreihe

Leitung	Barbara Weiss und Karin Zugck
Termine	Einführungsseminar: Do, 24.11. – So, 27.11.2016 1. Präsenzphase: Sa, 18.02. – Sa, 25.02.2017 2. Präsenzphase: Sa, 16.09. – Sa, 23.09.2017
Ort	Bad Wörishofen Übernachtung direkt im Seminarhaus möglich
Seminar-Nr.	216100
Gebühr	Mitglieder im Kneipp-Verein: 4930,- € Nicht-Mitglieder: 5200,- € Ratenzahlung reine Seminargebühr zzgl. Prüfungsgebühren Einführungsseminar: Mitglieder: 270,- € Nicht-Mitglieder: 300,- €

Voraussetzungen

Grundvoraussetzung ist eine mindestens dreijährige Yoga-Erfahrung und regelmäßige Praxis (möglichst in Yogasana bzw. in der Tradition nach Iyengar). Darüber hinaus wird vorausgesetzt, dass sich die Teilnehmer/-innen ernsthaft bemühen, die Unterrichtsinhalte während der Ausbildung zu verinnerlichen.

Zur Erlangung des Abschlusszertifikats ist ein Erste-Hilfe-Kurs (mindestens 9 LE, nicht älter als zwei Jahre) notwendig.