

200h Pranayama Yogalehrer

Aus- und Weiterbildung mit Vilas
2017/2018

... einatmen ...
... Stille ...
... ausatmen ...
... Stille ...
... einatmen ...
... Stille ...
... ausatmen ...
... Stille ...
... einatmen ...
... Raum ...
... ausatmen ...
... Raum ...
... einatmen ...
... A u s d e h n u n g ...
... ausatmen ...
... Stille ...
... einatmen ...
... Stille ...
... ausatmen ...
... Licht ...
... einatmen ...
... Stille ...
... ausatmen ...
... Stille ...
... einatmen ...
... Stille ...
... ausatmen ...
... Stille ...

200h Pranayama Yogalehrer Aus- und Weiterbildung

Diese 200 stündige Aus- und Weiterbildung baut auf einer abgeschlossenen Yogalehrer Basis Ausbildung auf (mind. 200h). Sie führt den Teilnehmer in die Königsdisziplin des Yoga ein und wird ihn nach Abschluss der Ausbildung befähigen, Pranayama Einheiten, Pranayama Workshops, Pranayama Retreats und atmungsorientierte Stressreduktions Kurse durchführen zu können. Unter anderem wird jeder Teilnehmer seine Fähigkeiten entdecken, Studenten ans Tor der Meditation führen zu können. Eine Pranayama orientierte Anleitung zur von Achtsamkeit geprägten Stressreduktion ist Bestandteil dieser Ausbildung.

In den vier Einheiten gibt es täglich praktische Übungen, die den Körper auf Pranayama und längeres Sitzen vorbereiten, als auch Praxiseinheiten, in denen die unterschiedlichen Methoden und Techniken vermittelt werden. Im täglichen didaktischen Teil lernt der Teilnehmer, wie er das Gelernte in den Umgang mit den Schülern einbindet. Die spezielle Sprache und Sprachführung des Pranayama- und Meditationsunterrichts ist Gegenstand jeder Einheit. Jeder Teilnehmer lernt mit seinen individuellen Fähigkeiten so umzugehen, dass sie zur Stärke werden und aus einem inneren Einklang heraus die Fähigkeit erwächst andere abzuholen und in diese wunderbare Welt zu führen. Teil der Ausbildung ist das Mentorat und die Supervision der individuellen Entwicklungsschritte. Es entwickelt sich ein individuell kreativer Ansatz des Unterrichts.

Diese Aus- und Fortbildung baut die Brücke zwischen Körper, Emotion und Verstand. Sie legt großen Wert auf die besondere Berücksichtigung des Körperaspekts und des Körpers in Bewegung, der bei vielen Meditationsanleitungen zu kurz kommt.

Im vierten Teil, aufbauend auf den Modulen 1 bis 3, geht es dann gezielt um die heilenden Kräfte dieser Atem- und Meditationspraxis. Die bis dahin entwickelten Methoden und deren praktische Anwendungen, werden vertieft und eine neue psycho-spirituelle Selbsterfahrung kann sich manifestieren und im Unterricht umgesetzt und weitergegeben werden.

Die Teilnahme an Modul 1 erfüllt die Anforderungen des Pranayama Wahlmoduls der parApara yogaAkademie +300h Vertiefungsausbildung. Mehr und detaillierte Info: www.lallaundvilasyoga.de



TERMINE:

19.10. – 24.10.2017	Modul 1/4 in Potsdam
03.02. – 08.02.2018	Modul 2/4 Hamburg
02.06. – 07.06.2018	Modul 3/4 in Regensburg
06.09. – 11.09.2018	Modul 4/4 in Potsdam

PREISE:

4.400,00 €	200h Pranayama Yogalehrer Aus-/Fortbildung
4.000,00 €	Frühbücher (Buchung und Zahlungseingang bis 26.06.2017)
1.200,00 €	je Modul (1/4, 2/4, 3/4, 4/4) Pranayama Yogalehrer Aus-/Fortbildung
1.100,00 €	Frühbücher (Buchung und Zahlungseingang bis 26.06.2017)

Ausbildungsorte:



parApara yogaAkademie
Tschudistrasse 7
14476 Potsdam



Unit Yoga Hamburg
Leinpfad 75
(Eingang Klärchenstrasse 26)
22299 Hamburg



Tarayoga Regensburg -
Studio Brixener Hof
Am Brixener Hof 5
93047 Regensburg

Buchung unter

www.lallaundvilasyoga.de

Mehr und detaillierte Info:

www.lallaundvilasyoga.de

Lalla und Vilas GmbH

Tel: +49 30 80 20 81 85

E-Mail: info@lallaundvilas.de



SOFORT BUCHEN!

Jetzt auch
als Video-Download:
[www.lallaundvilas.de/
downloadshop](http://www.lallaundvilas.de/downloadshop)



Mit Vilas zuhause praktizieren:

PRANAYAMA 1
DVD erhältlich bei Amazon



PRANAYAMA 2
DVD erhältlich bei Amazon



PRANAYAMA 3
DVD erhältlich bei Amazon



LALLA und VILAS
INSPIRATION UND ORIENTIERUNG



parApara
yogaAkademie