

# Dipl. Yogalehrer/in

*Online-Fernstudium*



VITALAKADEMIE

learn-@-home

Lernen **wann** und  
**wo** Sie wollen.

INFOMAPPE

Zertifiziert durch



Erwachsenen-Bildung  
mit Qualitätsgarantie.



DIPL. YOGALEHRER/IN

## → Ausbildungsbeschreibung

Der Lehrgang Dipl. Yogalehrer: in beinhaltet alle Aspekte des Yoga. Als Yogalehrer: in stehen Ihnen die Türen offen, ganz egal in welche Richtung Sie sich entwickeln Sie besitzen ein breites Wissen über die Grundwerte und die Yoga-Praxis.

Dieser Lehrgang beinhaltet eine Einführung zum Thema Yoga – Philosophie - Asana (Körperhaltung) - Pranayama (Bewusste Atmung) - Anatomie - Meditation - Didaktik & Yoga Sequencing.

Eine intensive Yogalehrer: in Ausbildung bietet tiefe Einblicke in die Wirkung der alten indischen Lehre. Yogalehrer: innen unterrichten Anfänger und Fortgeschrittene, sie planen Ihre Yogastunde und bereiten Ihre Themen und Übungsabfolgen vor. Sie unterstützen Ihre Schüler und geben Ihnen hilfreiche Information über Yoga.

Viele Yogapraktizierende brauchen eine Korrektur, damit sie sich weiterentwickeln können. Hier ist es wichtig dem Schüler die Hilfestellung zu leisten in dem man die Position demonstriert, aber auch richtige Korrekturen gibt. Dieses Fernstudium ist eine flexible Variante, um in die Yoga-Welt zu tauchen. Sie planen individuell Ihren Lernort, die Lernzeit und die Lernmethodik.

Nach positivem Abschluss der Diplomprüfung treten Sie authentisch und sicher als Yogalehrer: in Ihren Schülern gegenüber auf. Ihre Reise wird Ihnen viel Positives widerspiegeln, denn jeder Yogalehrer: in ist ein ewiger Schüler: in.



**VITALAKADEMIE**  
learn-at-home



**DIPL. YOGALEHRER/IN**

## → Ausbildungsziele & Tätigkeitsfelder als Dipl. Yogalehrer/in

Yogalehrende vermitteln Ihre Kenntnisse an alle Yoga interessierten Personen. Sie gestalten Ihren Unterricht nach den Bedürfnissen der Praktizierenden, und achten dabei auf:

- Die richtige Ausführung der Asanas
- Wo kann ich Hilfestellung leisten und Korrektur geben
- Wie baue ich eine Stunde richtig auf
- Dass die Asanas immer dem Level der Praktizierenden angepasst sind
- Grundwissen über Yoga weiterzugeben

Yoga ist nicht nur ein Lifestyle, sondern viel mehr eine Lehre, die uns hilft, mehr Entspannung zu erlangen, mehr geistige Klarheit und Gelassenheit. Durch das regelmäßige Praktizieren bekommen Sie ein besseres Körpergefühl und eine gesunde Haltung. Als zukünftige/r Yogalehrer: in unterrichten Sie in Fitnessstudios, als Personal Yoga Trainer: in, in verschiedenen Unternehmen, wo Sie Yoga als betriebliche Gesundheitsförderung anbieten, in diversen Hotels oder Sie gestalten Ihre eigenen Workshops über verschiedene Themen und Schwerpunkte.

Ihrer Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Sie gestalten Ihren Unterricht zielgerecht und vermitteln Wissen gezielt. Yogalehrer: innen bieten Ihren Schülern durch Ihrer Fachkompetenz Hilfestellung zu den verschiedensten Themen zB.:

- Loslassen und Durchstarten
- Meinen Körper wieder spüren
- Mental zu mehr Freiheit
- In der Ruhe liegt die Kraft
- Körperliche Schwachstellen stärken
- Uvm.



## DIPL. YOGALEHRERIN

### Beispiele für Bereiche, in denen Yogalehrer: in gut unterstützen können

- Körperlich aktiver werden
- Bestimmte körperliche Einschränkungen verbessern
- Zu mehr Selbstwertgefühl
- Zu einer gesünderen Lebensweise
- Entspannung
- Konzentration
- An einem gesunden Lebensstil
- Erlernen neuer Atemtechniken und Entspannung Methoden

### Beispiele für Bereiche, in denen Yogalehrer: in gut unterstützen können

- Ruhig und ausgeglichen sein
- Zufrieden und glücklich sein
- Lebensfreude spüren und das Leben genießen lernen
- Etwas Neues erlernen

## → Die Ausbildung richtet sich an:

- ✓ Selbst Yoga praktizieren und Ihr Wissen vertiefen wollen
- ✓ Menschen die in Zukunft Yoga unterrichten wollen
- ✓ Sich beruflich neu definieren wollen und als Yogaalehrer:in beruflich durchstarten möchten
- ✓ Eine Grundlagenausbildung aufgrund von persönlichem Interesse absolvieren möchten



## DIPL. YOGALEHRER/IN

### → Lehrinhalte

Wie bei **learn-at-home.at** üblich, werden die Lehrinhalte in übersichtlicher Modulform gegliedert. Diese umfassen dann sowohl Videovorträge als auch Skripten, die Sie für Ihre Ausbildung zum/zur Dipl. Yogalehrer/in benötigen:

- ✓ Yoga-Philosophie
- ✓ Asana (Körperhaltung)
- ✓ Yoga-Anatomie
- ✓ Pranayama (Bewusste Atmung)
- ✓ Meditation
- ✓ Didaktik & Yoga Sequencing

### → Teilnahme- Voraussetzungen:

- **Voraussetzung:** Abgeschlossene Schul- oder Berufsausbildung
- **Mindestalter:** 18 Jahre
- **Abschluss:** Dipl. Yogalehrer/in
- **Dauer:** Einstieg jederzeit möglich (individuelle Zeiteinteilung, Studiendauer mind. 6 Monate)

### → Abschluss- Voraussetzungen:

- 2 positiv, **absolvierte Fachkompetenztests**
- Nachweis über **60 EH praktische Umsetzung**
- Nachweis über **15 EH verpflichtendes Coaching**
- **Positive** Beurteilung der **Diplomarbeit**
- **Bestandene**, mündliche **Abschlussprüfung**

### → Ausbildungsablauf Online-Fernstudium

**Die Ausbildung zum/zur Dipl. Yogalehrer/in setzt sich wie folgt zusammen:**

- 320 EH Selbststudium mit Videovorträgen und Skripten (Durcharbeiten von Videos und Skripten, Zusammenfassen und Aufarbeiten, weiterführende Recherche, 2 Multiplechoice Tests)
- 250 EH Diplomarbeit (Umfang von 30 Seiten)
- 60 EH praktische Umsetzung (60 Yogaeinheiten, Yogapraxis mit Aufzeichnung)
- 15 EH verpflichtende Coachingeinheiten via Video-Konferenz
- 75 EH Abschlussprüfung
- Gesamtumfang der Ausbildung: 720 Einheiten

**Bildungskarenz:** Aufgrund des Gesamtumfanges ist dieser Lehrgang für eine Bildungskarenz geeignet. Weitere Informationen dazu und eine individuelle Abklärung erhalten Sie bei unserer Bildungsberatung.



DIPL. YOGALEHRER/IN

## → Diplomarbeit

- ✓ Sie suchen sich ein Thema Ihres Interesses aus und reichen dieses Thema mit dem Formular, welches Sie unter „Videos und Skripten“ finden, ein. **(Einreichung Diplomarbeitsthema)**.
- ✓ Erst wenn Ihr Lehrgangسleiter / Ihre Lehrgangسleiterin das Thema genehmigt hat, beginnen Sie zu schreiben.
- ✓ Auch die **Vorlage für die Diplomarbeit** finden Sie im Downloadbereich. Achten sie auf die korrekte Quellenangabe und besorgen Sie Bücher oder entsprechende Fachliteratur, aus der Sie zitieren oder Quellen angeben können.
- ✓ Senden Sie die Diplomarbeit mindestens 5 Wochen vor dem Prüfungstermin an Ihren Lehrgangسleiter.
- ✓ Falls eine **individuelle Diplomarbeitسbetreuung** erwünscht ist, bieten wir eine kostengünstige Serviceleistung an: Eine ganze Diplomarbeitسbetreuung: Mail- und telefonische Betreuung in einem angemessenen Rahmen: Euro 65,- Die Kosten werden direkt mit der Betreuungسperson abgerechnet.
- ✓ Das Feedback der Diplomarbeit kostet Euro 50,- und ist mit der jeweiligen Betreuungسperson direkt abzurechnen. Ein Vorabfeedback kostet Euro 40,-,-



VITALAKADEMIE  
learn-@-home



## DIPL. YOGALEHRER/IN

### → Praktische Umsetzung

Sobald Sie die ersten Techniken und Lernerfahrungen aus dem Lehrgang verinnerlicht haben, beginnen Sie, das Erlernte in die Praxis umzusetzen.

Sie können auch zu einem angemessenen Anteil im Selbstversuch agieren und diese Selbstversuche protokollieren. Sie benötigen 60 Einheiten Praxisarbeit. Als Praxisnachweise gilt eine Mischung aus:

- ✓ Selbstversuche
- ✓ Yogaunterricht mit Freunden und Familie
- ✓ 5 verschiedene Yoga-Stunden aufbauen mit bestimmten Themen
- ✓ Alle praktizierten Yogaeinheiten, die genau protokolliert werden

Sie protokollieren jede Einheit genau. Eine Vorlage finden Sie im Downloadbereich. Füllen Sie auch die Liste zur Praxisdokumentation aus.

### → Mündliche Abschlussprüfung

Den Prüfungstermin vereinbaren Sie mit Ihren Coaches persönlich. Die Prüfungsgebühr beträgt € 100,- und ist im Vorhinein direkt an den Prüfer / die Prüferin zu begleichen. Sie haben acht bis zwölf Minuten Zeit, um Ihre Diplomarbeit mittels PPT Präsentation oder mit Flipcharts zu verteidigen.

Anschließend lenken wir den Blick auf Ihre Praxisprotokolle, welche die Basis für das Prüfungssetting bieten. Die Prüfer konzentrieren sich auf Ihre Praxisbeispiele und gehen auf Ihr berufliches Feld ein.

### → Verpflichtende Coachingeinheiten

In Ihrem Onlineklassenzimmer finden Sie im Punkt „verpflichtende Coachings“ Termine, die sie individuell buchen können. Eine Coachingeinheit kostet € 40,- und wird direkt mit dem Coach abgerechnet. In diesen Coachings können Sie alle Ihre Fragen stellen und mit Ihren Fällen aus der Praxis in Supervision gehen. In diesen Coachingeinheiten können Sie all Ihre Fragen stellen und vertiefend in das Thema Yoga eintauchen. Fallbesprechungen runden diese spannenden Einheiten ab. Wenn Sie mehr als 15 Einheiten buchen, werden diese 1:2 als Praxis angerechnet. (5 zusätzliche Coachingeinheiten = 10 Praxiseinheiten, die nicht zusätzlich protokolliert werden müssen).

Danach bekommen Sie mindestens drei ergänzende Fragen quer durch das Stoffgebiet der Skripten und Videos gestellt. Insgesamt dauert die Prüfung 30 – 45 Minuten.

Das Ergebnis ist die Summe aus den Punkten Diplomarbeit und der Prüfung. Sie können mit ausgezeichnetem Erfolg bestehen, oder bestehen, oder nicht bestehen. In diesem Fall muss das Prüfungsprozedere zu einem anderen Termin wiederholt werden. Das Diplom wird Ihnen im Anschluss auf dem Postweg zugesandt.

# Wählen Sie aus zwei Optionen aus...



## Learn@Home Premium\* Kunde werden

Erhalten Sie vollen Zugriff auf  
ALLE Fernstudien die wir derzeit  
anbieten + ALLE Fernstudien die wir  
laufend neu produzieren.

Mehr Informationen zu unserem  
Learn@Home Premium Modell  
finden Sie auf der letzten Seite.

*nur 149 € / Monat*

*oder*

## Einzelbuchung Dipl. Yogalehrer/in

Erhalten Sie vollen Zugriff  
auf unser Video-Fernstudium  
Dipl. Yogalehrer/in

*um 1.380 €*

Flexible 12 Monats-Ratenzahlung möglich  
(115 € / Monat)

### Lernen wann und wo Sie wollen

**\*inkl. Videos und Skripten (in elektronischer Form), und Zugang zum Online Klassenzimmer.**

Vernetzung mit Mitschülern aus der ganzen Welt  
via Videotelefonate und Forumfunktion.

15 EH verpflichtende Coachings	€ 600,00
Diplomarbetsbeurteilung	€ 50,00
Prüfungsgebühr	€ 100,00

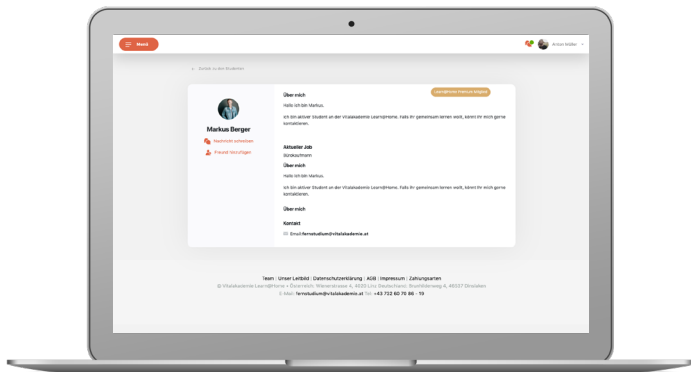
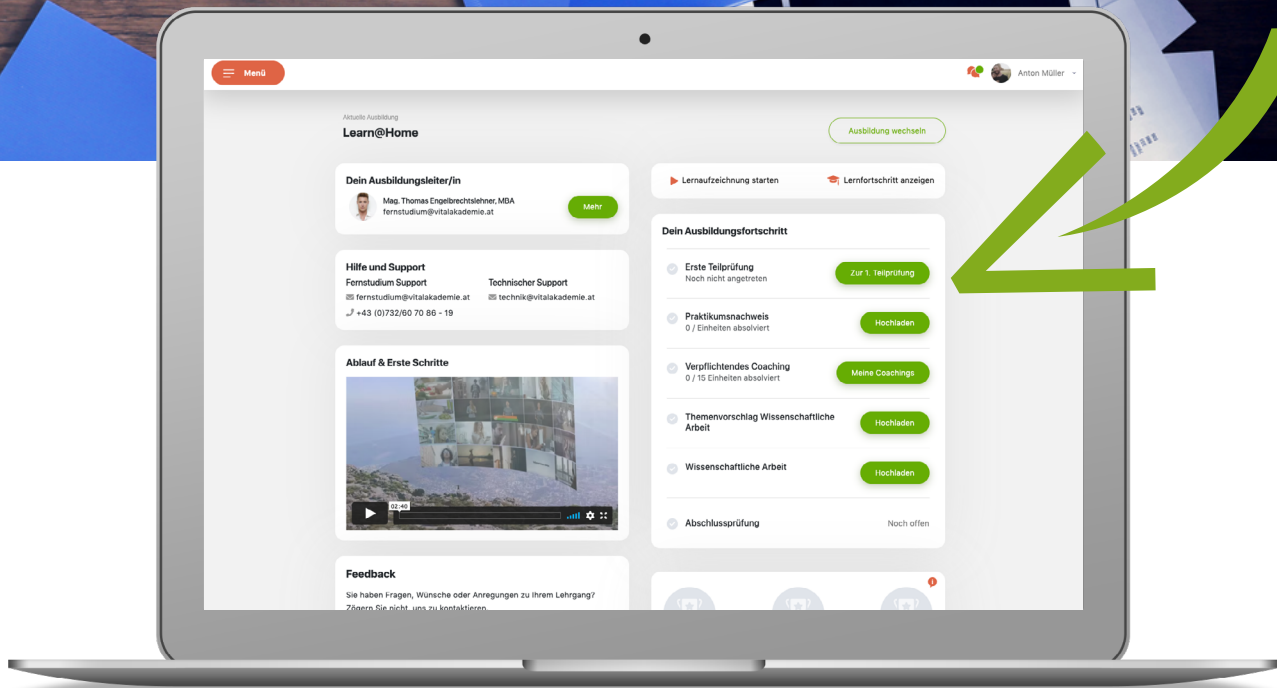
#### OPTIONALE KOSTEN

Sondertermin Fachkompetenztest, wenn negativ	€ 50,-
Vorabfeedback DA	€ 40,-
Diplomarbetsbetreuung Mail/ telefonisch/Video Konferenz	€ 65,-
jeder weitere Prüfungsantritt, wenn negativ	€ 100,-
Zweite DA-Beurteilung, wenn erste negativ	€ 50,-



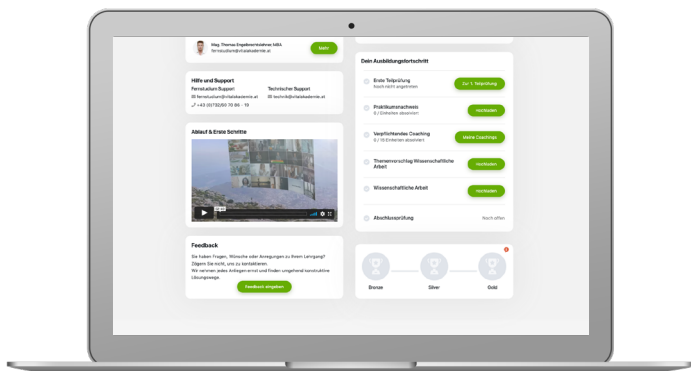


# So funktioniert unser Online Klassenzimmer



## Profil erstellen

Legen Sie nach Ihrem Login ein Profil mit Profilbild und weiteren Informationen an. Das erleichtert Ihnen den Kontakt zu Ihren Mitstudierenden.

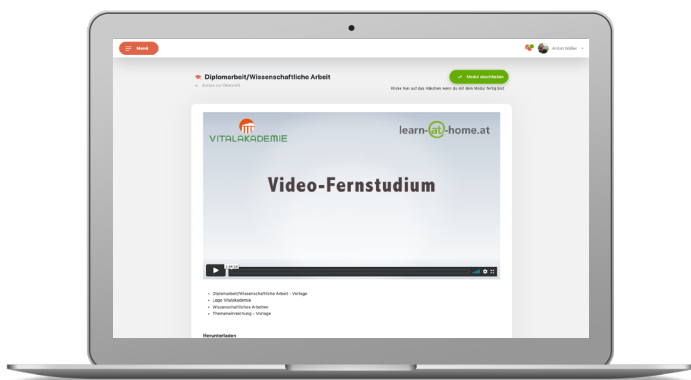


## Ablauf und erste Schritte

Unser Einführungsvideo macht Sie ganz einfach mit Ihrem Fernlehrgang vertraut. Unser Online Klassenzimmer ist einfach bedienbar und für jede Altersgruppe geeignet.

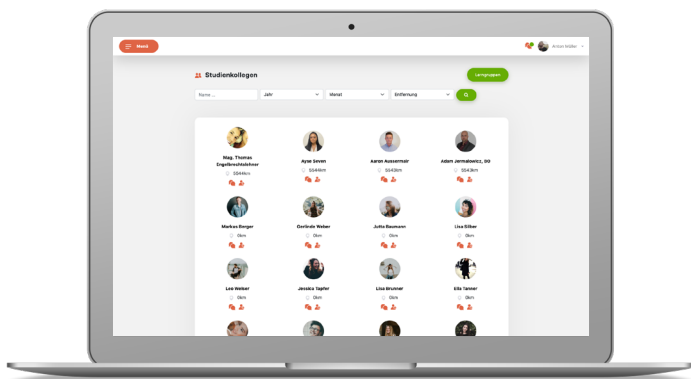


## SO FUNKTIONIERT UNSER ONLINE KLASSENZIMMER



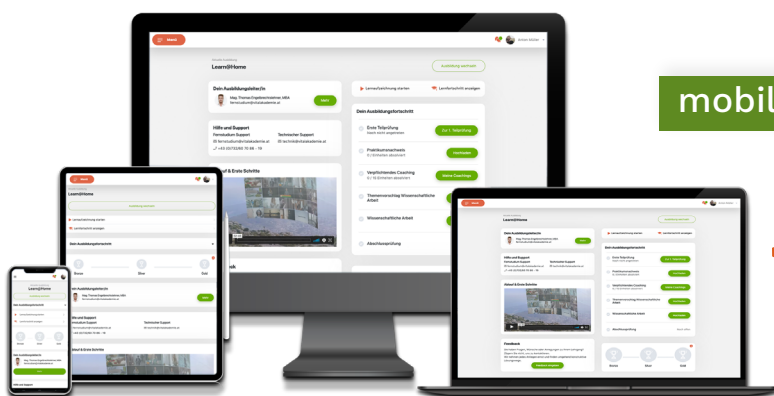
## Videos und Skripten

Hier befinden sich alle Themen modulartig gegliedert. In jedem Modul befindet sich ein passender Videovortrag zum Skriptum. Die Videos und Skripten lassen sich auf allen Endgeräten (Laptop, Handy, Ipad, Computer) abspielen.



## Studienkollegen

Unter dem Punkt Studienkollegen finden Sie Teilnehmer ganz einfach in Ihrer Nähe. Bilden Sie Lerngruppen, starten Sie Onlinefreundschaften und tauschen sich mit Ihren Studienkollegen ganz einfach via Nachrichtenfunktion und Video-Telefonaten aus.



alle Inhalte sind auch in der mobilen App für iOS und Android verfügbar

Auf allen Endgeräten abspielbar

WEITERE TOLLE FEATURES  
IM ONLINE KLASSENZIMMER

→ Der Gesamte  
Lehrstoff ist  
modulartig  
gegliedert

## ■ Ausbildungs- fortschritt

Hier sehen Sie wieviel Sie bereits erreicht haben und welcher Ihr nächster Schritt zum Diplom ist. In diesem Bereich können Sie ebenfalls Ihre Teilprüfungen starten.

## ■ Lehrgangsführung

Während Ihrer gesamten Ausbildung können Sie Ihren Lehrgangsleiter um Rat fragen.

## ■ Webinare

Wir bieten zusätzlich unsere Online Seminare an. Hier geben wir Ihnen als Zusatz die Möglichkeit verschiedenste Themengebiete zu erlernen.

## ■ Diplomarbeitpool

Laden Sie noch vor Abgabe Ihre Diplomarbeit in unseren Diplomarbeitpool hoch und diskutieren Sie mit Ihrer Lehrgangsführung und Studienkollegen Ihre Arbeit.



## ■ Forum

Stellen Sie Fragen in unser Forum. Unsere Experten geben Ihnen umgehend die passenden Antworten.

## ■ Trainer

Direkt über unser Online Klassenzimmer können Sie die/den Trainer/in Ihrer Wahl per Nachricht kontaktieren und sich einen individuellen Termin direkt in einem unserer Standorte oder aber auch per Video-Konferenz vereinbaren!

# Learn@Home Premium

Genießen Sie viele Vorteile  
als Premium Kunde

## → Unser besonderes Highlight:

Sie bekommen vollen  
Zugriff auf alle Fernstudien  
die wir derzeit anbieten.

Erhalten Sie Zugang zu allen  
Basis- und Upgradeausbildungen.  
Kombinieren Sie verwandte Ausbildungen  
wie z.B.: Ernährung & Fitness,  
Energetik & Mentales usw.  
Bildung ist die beste Investition  
Nutzen Sie unser All In Angebot

## → Weitere Vorteile im Überblick

- ★ Sie bekommen Zugang zu allen zukünftigen Fernstudien die wir laufend produzieren
- ★ Unterstützung auf den Weg in die Selbständigkeit mit unserem Online Gründerservice
- ★ Unterstützung für eine Website
- ★ Unterstützung für Online-Werbemaßnahmen (Google, Facebook, Instagram, usw.)
- ★ Unterstützung für ein Werbevideo

- ★ Online Druckpartner
- ★ Online Steuerberater
- ★ Online-Terminassistent
- ★ Online Anwalt
- ★ Trainingsvideos für Ihre körperliche Fitness

→ Learn@Home  
Premium   
*nur 149 € / Monat*

12 Monate Mindestvertragsdauer –  
danach monatlich kündbar