Ausbildung zum Yogalehrer Hormonyoga

Die Ausbildung zum Yogalehrer für Hormonyoga vermittelt theoretische und praktische Inhalte, um den Yogaunterricht an die körperlichen, geistigen und seelischen Bedürfnisse von Frauen in den Wechseljahren anzupassen und die Symptome der Wechseljahre abzumildern.

Es werden das endokrine System, die einzelnen beteiligten Hormone und die hormonellen Vorgänge im Körper anatomisch dargelegt. Die häufig vorkommenden Beschwerden in den Wechseljahren und wie die Schulmedizin damit umgeht werden erläutert.

Als Basis dient das Hormonyoga-Konzept von Dinah Rodrigues mit Energielenkung, Pranayama und einzelnen Asana-Abfolgen. Darüber hinaus gibt es einen Überblick über die ganzheitliche Betrachtung und Unterstützung der TCM auf diese Phase im Leben einer Frau. Wandlungsphasen und beteiligte Organe werden erklärt, Energieflüsse und deren Lenkung werden vermittelt.

Auf diesem Hintergrundwissen aufbauend ist ein spezielles Hormonyoga „Kandala“ entwickelt worden, welches flexibel auf einzelne Beschwerden oder komplette Beschwerdebilder eingehen kann.

Aufbau der Ausbildung

Nr	Ausbildung	Bemerkung	Dauer
01	Ausbildung Yogalehrer Hormonyoga	Im UNIT Yoga	5 Tage

Themen und Inhalte

Ziel dieser Zusatz-Ausbildung ist es, Frauen auf ihrem Weg durch das Klimakterium zu begleiten, auf ihre individuellen Bedürfnisse einzugehen und dem Körper bei der Umstellung zu helfen. Alle Teilnehmer werden am Ende der Ausbildung in der Lage sein, Hormonyogastunden nach Kandala zu konzipieren und einen entsprechenden Unterricht abzuhalten. Dieses Wissen kann sowohl eine sinnvolle Ergänzung einer klassischen Yogastunde mit einer bestimmten Zielgruppe sein oder auch um gezielt Hormonyoga als Personal Training oder Kurs abzuhalten.

Voraussetzung: Ein ehrliches Interesse an dem Thema Hormonyoga.

Inhalte im Überblick

- Was sind die Wechseljahre genau?
- Welche Drüsen und Organe sind beteiligt?
- Um welche Hormone geht es genau?
- Welche Beschwerdebilder gibt es?
- Wie schaut die westliche Welt auf das Klimakterium, wie die Östliche?
- Wie kann ich die Hormonproduzierenden Organe und Drüsen stimulieren?
- Hormonyoga als Therapie – die Grundlagen: Meditation, Pranayama, Energielenkung, Bandhas, Asanas, Mudras nach Dinah Rodrigues und Kundalini Meister Yogi Bhajan
- Kontraindikationen
- Das Energiesystem des menschlichen Körpers: Chakren, Nadis und deren Zusammenhänge mit der grobstofflicher Ebene des Körpers
- Einführung in die traditionelle chinesische Sicht auf die Hormonumstellung: stilles und bewegtes QiGong
- Das Chi im Verlauf des Älterwerdens, Yin und Yang Prinzip

- Die 5 Elemente Lehre
- Die Meridiane und beteiligten Organe
- Funktionskreise beteiligter Organe
- Aufbau und Sequenzierung von Kandala Hormonyoga Stunden

Kursgebühren

Detail	Gebühr	Bemerkung
Ausbildung Hormonyoga	890,- €	Bei Einmalzahlung
Mit Frühbucher-Rabatt 1	810,- €	Bei Buchung bis 2 Monate vor Beginn
Ratenzahlung möglich	Ab 160,- €	

Als staatlich anerkannte Ergänzungsschule sind wir für diese Ausbildung Mehrwertsteuer befreit.

Eine Ratenzahlung mit individueller Zahlungsvereinbarung ist möglich.

Bei Fragen zur Ausbildung oder Ratenzahlung zögre nicht, uns persönlich zu kontaktieren unter:
Tel. 0611-890 66 891 oder E-Mail info@unit-ausbildung.de

Im Preis enthalten sind

In der Gebühr enthalten sind die Teilnahme an der gesamten Ausbildung sowie umfangreiche Schulungsunterlagen.

Die in der Ausbildung vorgestellten und zur Ansicht ausgelegten Bücher sind nicht im Ausbildungsbetrag enthalten.

Teilnehmerzahl

Unsere Gruppengrößen variieren aktuell zwischen 10 und 20 Teilnehmern.

Abwesenheit

Wird die Ausbildung nachweislich durch Krankheit oder Verletzungen (ärztliches Attest und rechtzeitige Abmeldung erforderlich) unterbrochen, kann die Ausbildung zeitverzögert mit der nächsten im UNIT Wiesbaden (oder Hamburg) stattfindenden Ausbildung weitergeführt werden.

Wird die Ausbildung nicht angetreten oder freiwillig abgebrochen, bleibt die Ausbildungsvereinbarung bzw. das Vertragsverhältnis weiterhin bestehen.

Wir behalten uns vor, bei Unterschreitung der von uns festgelegten Mindestteilnehmerzahl von 10 Teilnehmern die Ausbildung zeitlich zu verschieben oder abzusagen.

Prämiengutscheine/Förderungen

Es gibt in den Bundesländern unterschiedliche Förderungen für Weiterbildungen. Hierzu müssen jedoch gewisse Voraussetzungen erfüllt sein wie z.B.

- Die Weiterbildung sollte dem Berufswunsch entsprechen
- Erwerbstätigkeit von mind. 15 Std. pro Woche (oder in Eltern- oder Pflegezeit mit Vertrag über mind. 15 Std. pro Woche)
- Zu versteuerndes Jahreseinkommen unter 20.000 € (oder 40.000 € bei gemeinsam Veranlagten)
- Es können keine zusätzlichen Zuschüsse für die Ausbildung beantragt werden
- Anmeldung für Yogalehrer Ausbildung auch VOR Beratungstermin zur Bildungsprämie möglich, Rechnung darf lediglich noch nicht ausgestellt sein

Bitte informiere Dich, welche Fördermöglichkeiten es in Deinem Bundesland gibt.

Weitere Informationen bekommst Du hier:

UNIT Yoga Aus- und Weiterbildung
Biebricher Allee 30
65187 Wiesbaden

Tel.: 0611 / 890 66 891
E-Mail: info@unit-ausbildung.de