



# WAY

## Europäische Akademie für **Yoga** und ganzheitliche Gesundheit

Die Ausbildungsinhalte und die absolvierten Unterrichtseinheiten der Module 1 bis 5 sowie Wochenenden gliedern sich in unserem Institut wie folgt:

180 UE	Yoga Praxis für Gesunde: Hatha Yoga nach Yesudian und Vinyasa Flow / Alignment / Asanakunde/ Adjustments /Assists
30 UE	Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention Einführung Meditation / 8-facher Pfad Praxis + Didaktik / Chakren Meditation + Klangschalen
30 UE	Pädagogik / Psychologie
60 UE	Naturwissenschaftliche Grundlagen
60 UE	Einführung Yoga Personal Training Medizin
90 UE	Anatomie und Physiologie / Krankheitslehre: <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsapparat</li><li>• Herz-Kreislauf-System</li><li>• Atemsystem</li><li>• Hormonsystem</li><li>• Harnsystem</li><li>• Lymphsystem</li><li>• Immunsystem</li><li>• Nervensystem</li></ul>
60 UE	Philosophie und Geschichte des Yoga <ul style="list-style-type: none"><li>• Yoga Sutra</li><li>• Hatha Yoga Pradipika</li><li>• Bhagavad Gita</li><li>• Upanishaden</li></ul>
10 UE	Ethik für Yogalehrer
40 UE	Praktikum / Anleiten eigener Stunden
10 UE	Berufskunde / Selbstständigkeit als Yogalehrer Kommunikation für Yogalehrer
<b>570 UE</b>	<b>Gesamtstudium</b>
<b>130 UE</b>	<b>Hausarbeiten</b>



Die Vermittlung der im Leitfadene Prävention genannten fachwissenschaftlichen Kompetenzen, wie Medizin, Pädagogik, Psychologie, Bewegung, Ernährung, Stress, Sucht und Forschungsmethoden, erfolgt durch Fachpersonal, das über entsprechende Berufs- oder Studienabschlüsse verfügt. Wir sind Mitglied im folgenden Berufs- und Fachverband: American Yoga Alliance (AYA).