Yoga-Trainer/in-B-Lizenz

Titel	Yoga-Trainer/in-B-Lizenz
Zulassungsnummer	7399321

Veranstalter

Adresse:	BSA-Akademie Hermann-Neuberger-Straße 3 66123 Saarbrücken
Telnr:	+49 681 6855-0
E-Mail-Adresse:	info@bsa-akademie.de
Webseite:	https://www.bsa-akademie.de

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten zur Planung und Durchführung von Yoga-Kursen für Einsteiger im Fitness- und Gesundheitsbereich

Inhalte

Lehrgangsinhalte:	u.a. | 1. Grundlagen des Yoga • Geschichte des Yoga • Grundlagen der Yoga-Philosophie • Der achtgliedrige Pfad nach Patanjali • Yoga und Wissenschaft | 2. Das Hatha-Yoga • Die Elemente des Hatha-Yoga • Energetische Anatomie • Mudras und Mantras | 3. Sportmedizinische Grundlagen • Passives und aktives Bewegungssystem • Funktionelle Anatomie der wichtigsten Muskel-Gelenk-Systeme • Herz-Kreislauf-System • Atmungssystem • Nerven-, Hormon- und Verdauungssystem | 4. Yoga-Praxis • Yoga-Atmung (Pranayama) • Vorbereitende Übungen und Grundhaltungen • Körperhaltungen (Asanas) • Verbindungen von Asanas • Sonnengruß mit Variationen • Yoga-Entspannung und Meditation • Didaktik und Methodik einer Yoga-Stunde • Funktion und Ethik des Yoga-Trainers
Medien, die Bestandteile des Fernlehrangebots sind:	1 Lehrbrief

Abschluss

Abschluss:	institutsinterne Prüfung
Art des Abschlusses:	institutsinterne Prüfung

Voraussetzungen

Teilnahmevoraussetzungen:	Erste Yoga-Kenntnisse in Theorie und Praxis werden empfohlen
Prüfungsvoraussetzungen:	Teilnahme an der Präsenzphase, Hospitationsnachweis über 10 Stunden Yoga-Training

Kosten

Teilnahmekosten (Gesamtkosten):	1.692,00 €
Lehrgangskosten:	1.692,00 €
Kosten für (externe) Prüfungen:	0,00 €

Anzahl der Raten:	6
Höhe der Raten:	282,00 €

Die Teilnehmerkosten können Veränderungen erfahren haben, die der ZFU zum Redaktionsschluss noch nicht vorlagen. Aktuelle Gebühren, Kosten und Erläuterungen dazu erhalten Sie beim Fernlehrinstitut.

Zeitrahmen

Gesamtdauer in Monaten:	6.00
Gesamtdauer in Stunden:	322 Std. (429 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:	10.00
Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):	85
Präsenzunterricht:	Zwei 4-tägige Präsenzphasen an den Standorten Saarbrücken, Hamburg, Köln, München oder Frankfurt