

# Meditationsausbildung

<b>Titel</b>	Meditationsausbildung
<b>Zulassungsnummer</b>	7460824

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	OTL - Online Trainer GmbH An den Fuchsbergen 9 15569 Woltersdorf
<b>Telefon:</b>	+49 800 7244664
<b>E-Mail-Adresse:</b>	info@otl.email
<b>Webseite:</b>	<a href="https://www.online-trainer-lizenz.de/">https://www.online-trainer-lizenz.de/</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für die eigene Meditationspraxis und zur Anleitung von Meditationskursen oder einzelnen Meditationseinheiten

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Einführung in die Meditation - Meditation in der Wissenschaft - Effekte der Meditation - Start der Meditation - Arten der Meditation - Meditation und Sport - Werte und Gefühle - Das Konzept der Achtsamkeit - Wie werde ich ein guter Meditationstrainer? - Meditation richtig anleiten
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehreangebots sind:</b>	10 Module bestehend aus Videos und Skripten, Workbook

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	institutsinterne Prüfung
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

---

# Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	Empfohlen wird 1 Jahr Meditations-Erfahrung; Verpflichtend ist ein Nachweis über einen mindestens 8 Wochen umfassenden Meditationskurs, bestenfalls Gruppenstunden; Bereitschaft für regelmäßiges, eigenständiges Üben und Lernen.; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	bestandene Zwischenprüfung (online) sowie Bestehen der praktischen Prüfung (Online-Video-Call)

---

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	994,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	994,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	3
<b>Höhe der Raten:</b>	331,00 €

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

---

## Zeitraumen

<b>Gesamtdauer in Monaten:</b>	6.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	157
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	6.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	3
<b>Präsenzunterricht:</b>	2 Online-Seminare