

# Meditationstrainer/in

<b>Titel</b>	Meditationstrainer/in
<b>Zulassungsnummer</b>	7472224v

---

## Veranstalter

<b>Adresse:</b>	Fernakademie für Erwachsenenbildung GmbH Doberaner Weg 22 22143 Hamburg
<b>Telnr:</b>	+49 40 67780-78
<b>E-Mail-Adresse:</b>	kursinfo@fernakademie-klett.de
<b>Webseite:</b>	<a href="https://fernakademie-klett.de">https://fernakademie-klett.de</a>

---

## Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fähigkeiten für eine berufliche Tätigkeit als Meditationstrainer/in

---

## Inhalte

<b>Lehrgangsinhalte:</b>	Wirkmechanismen, Achtsamkeit und persönliche Resilienz - Geistiges Training, Einkehr, Einsichten und innere Stille - Dynamiken, Wertschätzung, Dankbarkeit und Freude - Retreat, tägliche Praxis und meditative Aktivitäten - Einführung in die Yoga-Meditation, die Zen-Meditation und die tibetische Meditation - Gestaltung von Meditationstrainings und angewandte Meditation - Selbstständigkeit
<b>Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind:</b>	12 Studienhefte (teilweise mit eingebetteten Audios und Videos), 1 Begleitbuch

---

## Abschluss

<b>Abschluss:</b>	nach dem erfolgreichen Bearbeiten aller Einsendeaufgaben: institutsinternes Abschlusszeugnis „Meditation in Theorie und Praxis“, mit Beleg einer angeleiteten Meditationspraxis über mind. 6 Monate und erfolgreicher Teilnahme am Webinar sowie am Vor-Ort-Seminar (inkl. Lehrprobe): institutsinterne Zertifikat „Meditationstrainer/-in“.
<b>Art des Abschlusses:</b>	institutsinterne Prüfung

## Voraussetzungen

<b>Teilnahmevoraussetzungen:</b>	psychische Gesundheit, erste Erfahrungen mit Meditationen werden empfohlen; technische Voraussetzung: PC mit Internetzugang, Webcam und Mikrofon
<b>Prüfungsvoraussetzungen:</b>	Nachweis ausreichender Vorbereitung

## Kosten

<b>Teilnahmekosten (Gesamtkosten):</b>	1.980,00 €
<b>Lehrgangskosten:</b>	1.980,00 €
<b>Kosten für (externe) Prüfungen:</b>	0,00 €
<b>Anzahl der Raten:</b>	12
<b>Höhe der Raten:</b>	165,00 €

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>	12.00
<b>Gesamtdauer in Stunden:</b>	443 Std. (591 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.)
<b>Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden:</b>	8.00
<b>Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten):</b>	40
<b>Präsenzunterricht:</b>	2,5 Tage Präsenzunterricht in Hamburg und 20 U.Std. Online-Seminare