

Yoga-Präventionstrainer/-in

| | |
|-------------------------|-----------------------------|
| Titel | Yoga-Präventionstrainer/-in |
| Zulassungsnummer | 7494325 |

Veranstalter

| | |
|------------------------|---|
| Adresse: | sporThera-Akademie GbR Bleichstraße 21 55232 Alzey |
| Telefonnr: | +4967315479959 |
| E-Mail-Adresse: | service@sporthera-akademie.de |
| Webseite: | http://www.sporthera-akademie.de |

Lehrgangsziel

Vermittlung von Kenntnissen und Fertigkeiten für die Tätigkeit als Yoga-Präventionstrainer/-in

Inhalte

| | |
|---|---|
| Lehrgangsinhalte: | Chakra-System, Wirkungen von Asanas, Pranayama und Meditation, Übungskatalog, yogische Ernährung, Hatha Yoga, Anatomie und Physiologie, grundlegende Körperfunktionen, mentale Trainingstechniken, methodisch-didaktische Grundlagen, klinische Forschung zu Yoga, stressregulierende Verfahren, Resilienztraining historische Bezüge zu Yoga |
| Medien, die Bestandteile des Fernlehrrangebots sind: | 8 Lehrbriefe, Hausarbeit, Lehrprobe |

Abschluss

| | |
|-----------------------------|------------------------------|
| Abschluss: | Institutsinternes Zertifikat |
| Art des Abschlusses: | institutsinterne Prüfung |

Voraussetzungen

| | |
|----------------------------------|---|
| Teilnahmevoraussetzungen: | Spaß und Freude an Bewegung sowie Offenheit für die Yoga-Praxis; technische Voraussetzungen: digitales Endgerät mit Internetzugang, Mikrofon und Kamera |
| Prüfungsvoraussetzungen: | Nachweis ausreichender Vorbereitung, 150 Stunden Praxisnachweis Yoga-Kurse |

Kosten

| | |
|--|------------|
| Teilnahmekosten (Gesamtkosten): | 3.570,00 € |
| Lehrgangskosten: | 3.570,00 € |
| Kosten für (externe) Prüfungen: | 0,00 € |
| Anzahl der Raten: | 18 |
| Höhe der Raten: | 198,00 € |

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

| | |
|---|---|
| Gesamtdauer in Monaten: | 24.00 |
| Gesamtdauer in Stunden: | 725 Std. (967 Unterrichtseinheiten zu je 45 Min.) |
| Wöchentlicher Lernaufwand für das Selbstlernen in Stunden: | 7.00 |
| Synchrone Lerneinheiten (je 45 Minuten): | 3 |
| Präsenzunterricht: | 1 Onlineseminar |