Yoga-Präventionstrainer/-in

Titel	Yoga-Präventionstrainer/-in
Zulassungsnummer	7494325

Veranstalter

Adresse:	sporThera-Akademie GbR Bleichstraße 21 55232 Alzey
Telnr:	+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 Fernlehrangebots 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.

Zeitrahmen

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