

Spiraldynamik
intelligent movement

Ausbildung 2020
YOGATHERAPIE
NACH DEN PRINZIPIEN DER
SPIRALDYNAMIK®
- Basismodul -

Einzigartig - intensiv - abwechslungsreich - höchstes Niveau
eine großartige Ergänzung für Deine eigene Praxis und als
Yogalehrer(in)

INHALT DER AUSBILDUNG

Die Basismodul-Serie umfasst insgesamt 102 Stunden und richtet sich speziell an Yogalehrer/Trainees aller Yogastile. Aufbauend auf diese Basismodule wird es später auch weiterführende Module zu verschiedenen Themen und Refresher geben. Darüber hinaus besteht für Absolventen der Basismodule die Möglichkeit einen verkürzten, aber vollwertigen Ausbildungsgang Spiraldynamik®-Basic zu belegen. Die Ausbildung erfolgt in einer kleinen Gruppe und ist daher sehr intensiv und individuell.

Ziel der Ausbildung ist es, sich umfangreiches Wissen zu orthopädischen Themen und therapeutische Fähigkeiten anzueignen, um die große Unsicherheit, die viele Yogalehrer/innen im Umgang mit den körperlichen Problemen ihrer Yoga-Schüler/-innen haben, abzubauen.

Es werden auf der Basis der Spiraldynamik® theoretische und praktische Grundkenntnissen zur Yogatherapie vermittelt, die weit über das hinausgehen, was üblicher Weise in den Yogatherapie-Ausbildungen unterrichtet wird. Als Physiotherapeutin und erfahrene Lehrerin in der Berufsausbildung von Physiotherapeuten weiß ich, worauf es dabei ankommt und wie dieses Wissen erfolgreich weiter gegeben werden kann.

Ich verzichte ganz bewusst weitgehend auf spirituelle Aspekte, Ayurveda usw. und stelle die Arbeit am und mit dem Körper in den Vordergrund. Über den Zugang zum Körper und die Entfaltung seiner Möglichkeiten eröffnen sich ganz von selbst neue, höhere Dimensionen der Yoga-Praxis.

Wir werden unseren Blick für die Ausführung von Asanas schärfen - sehen und erkennen lernen, wie wir unseren Yogaschüler/-innen helfen können sich freier in ihrem Körper zu fühlen. Dabei spielt die eigene Körperwahrnehmung, die Verfeinerung des Bewegungs-Sinns und des Körperverständnisses eine wichtige Rolle.

Dozenten

Lilla Wuttich

Dozentin für Spiraldynamik®,
Physiotherapeutin, Yogalehrerin

Zeiten

Die Yogatherapie-Ausbildung 15 findet als Blockausbildung mit 3 x 5 Tagen statt.

25. – 29.03.2020

22. – 26.04.2020

10. – 14.06.2020

25.03./22.04./10.06. jeweils 10:00 – 18:00 Uhr

29.03./26.04./14.06. jeweils 9:30 – 16:30 Uhr

alle anderen Tage 9:30 – 17:30 Uhr

Ort

Chausseestr. 17 | 10115 Berlin

Verkehrsverbindung:

U-Bhf. Naturkundemuseum,
S/U-Bhf. Nordbahnhof u. Tram M5

Gebühren/Buchung

2.150 €

Buchungen unter:

www.8chtsam-workshops.de

ZIELGRUPPE/VORAUSSETZUNG

Abgeschlossene **Yogalehrerausbildung** (oder Abschluss der Yogalehrerausbildung während der Yogatherapie-Ausbildung) **und 3A-Workshop** (oder alternativ 3A-Retreat am Balaton mit Lilla)

AUFBAU/BESCHREIBUNG DER AUSBILDUNG

Modul 1: **Sehen lernen**

Modul 2: **Wirbelsäule**

Modul 3: **Beine**

Modul 4: **Arm**

Modul 5: **Synthese**

Modul 6: **Übung + Prüfung**

Jeweils:

- **Anatomie in Theorie und Praxis**
- **Entwicklung von Wahrnehmung und Körpergefühl**
- **Bewegungskoordination**
- **Körperarbeit + Asanas**
- **Übungen anleiten, Asanas erarbeiten und abwandeln**
- **Pathologie / Krankheitsbilder**
- **Biomechanik**
- **Zusammenstellung von individuellen Übungsplänen**
- **Abwandlung von Asanas für verschiedene Problembereiche und Zielgruppen**
- **Erarbeiten von Therapiestunden**
- **Training der Lehrfähigkeit**

Abschluss:

Eine Prüfung zur Selbstreflexion, wo man steht - schriftliche und praktische Prüfung

Änderungen vorbehalten!

Hinweis

Sowohl der Begriff Yogatherapie, als auch der Begriff Yogalehrer sind rechtlich nicht geschützt (im Gegensatz z.B. zum „Psychotherapeuten“ oder „Physiotherapeuten“). Dennoch bist Du nach dieser Ausbildung in der Lage, eine qualitativ hochwertige und professionelle Yogatherapie zu planen und durchzuführen. Aus rechtlichen Gründen darf trotzdem keinesfalls der Eindruck erweckt werden, dass eine medizinische Tätigkeit ausgeübt wird, da die Voraussetzung für die Anwendung im therapeutischen Bereich die staatliche Heilerlaubnis ist, die mit dieser Ausbildung -wie auch mit anderen Yogatherapie-Ausbildungen- nicht erteilt werden kann.