



Yoga - Ayurveda - Akademie

Ausbildung zum / zur YogalehrerIn BDY/EYU

(Stand 18.01.2011)

YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE
Birgit und Frank Hampe
An der Annakirche 7, 47803 Krefeld
Telefon: 02151- 87 49 39
Fax: 02151- 62 21 76
Email: email@y-a-a.de
Homepage: www.y-a-a.de

Lernen
ist herausfinden, was du bereits weißt.
Handeln ist zeigen, dass du es weißt.

Lehren
ist andere wissen lassen, dass sie es
genauso gut wissen,
wie du selbst.

Ihr alle seid Lernende,
Handelnde, Lehrer.
Deine einzige Verpflichtung
im Leben ist, dir selbst treu zu bleiben.
Einem anderen Menschen oder einer
anderen Sache treu zu bleiben,
das ist nicht nur unmöglich,
es ist das Zeichen eines falschen Messias.

Die einfachsten Fragen sind die tiefstnigsten.
Wo bist du geboren? Wo ist deine Heimat?
Wohin gehst du?
Was tust du?
Denke manchmal darüber nach und
du wirst sehen, wie sich deine
Antworten verändern.

Du lehrst am besten, was du selbst am
dringendsten lernen musst.

Richard Bach

YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE

Inhaltsverzeichnis	Seite
1. Die YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE stellt sich vor.....	4
2. Ausbildung	
2.1 Dauer.....	6
2.2 Kosten.....	6
2.3 Seminar-Ort.....	6
2.4 Kündigung.....	6
2.5 Voraussetzungen.....	6
2.6 Bedingungen.....	7
2.7 Gruppengröße.....	8
2.8 Zielgruppe.....	8
2.9 Anerkennung der Ausbildung durch Krankenkassen und Berufsverbände.....	8
3. BDY-Ausbildungsrichtlinien.....	9
4. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels “Yogalehrerin BDY/EYU“ / “Yogalehrer BDY/EYU“	11
5. Lehrplan der Studierenden der YAA	13
6. Lehrinhalte der Ausbildung	
6.1 Hatha-Yoga.....	15
6.2 Meditation.....	15
6.3 Unterrichtsgestaltung.....	16
6.4 Psychologie.....	16
6.5 Unterrichtspraktikum.....	16
6.6 Medizinische Grundlagen.....	17
6.7 Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga.....	18
6.8 Ethik und Philosophie.....	18
6.9 Berufsorientierung.....	18
6.10 in der YAA zusätzlich angebotene Lehrinhalte.....	19
7. Referentinnen und Referenten der YAA.....	20
8. Berufsethische Richtlinien.....	22
9. Verzeichnis der verwendeten Abkürzungen.....	23

1. Die YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE stellt sich vor

Die YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE (YAA) ist eine Einrichtung zur Aus- und Weiterbildung von Menschen, die sich für das über Jahrtausende überlieferte Wissen von Yoga und Ayurveda interessieren. In der YAA wird der Erfahrungsschatz dieser traditionellen und bewährten Systeme auf die Anforderungen unseres modernen Lebens angewendet und so für uns westliche Menschen erschlossen. Das umfangreiche Seminarangebot mit langjährig erfahrenen und engagierten Referenten stellt einen lebendigen und praxisnahen Lernprozess sicher. Der schrittweise Aufbau der Ausbildung und die kreative Zusammenarbeit von Lehrenden und Lernenden erleichtern das Verstehen und Umsetzen der Lehrinhalte.

Die YAA fühlt sich verpflichtet, den Menschen zu dienen und ist der großen Tradition der alt-indischen Weisheits- und Lebenslehre des Yoga verbunden.

Der Ausbildungsschwerpunkt ist die Tradition nach Śrī T. Krishnamacharya, einer der bedeutendsten Yogameister des 20. Jahrhunderts und dessen Sohn und engstem Schüler T.K.V. Desikachar. Ein besonderes Kennzeichen dieser Tradition ist die große Aufmerksamkeit, die auf die Entwicklung des Atems und die bewusste Atemführung während der Übungen gelegt wird. Außerdem werden die Körperübungen größtenteils dynamisch, d.h. als Bewegungsfolgen gelehrt. Bei der Auswahl und Anpassung der Übungen werden die individuellen Möglichkeiten und Ziele des Übenden zugrunde gelegt und dessen Grenzen sanft und achtsam erweitert. Das zentrale Anliegen dieser Tradition ist die Berücksichtigung der persönlichen Besonderheiten eines Menschen. Schritt für Schritt werden Übungsfolgen erarbeitet, die sich an den individuellen Bedürfnissen und der körperlichen und mentalen Befindlichkeiten der Übenden ausrichten und ihren kulturellen und religiösen Hintergrund berücksichtigen und respektieren. So kann Yoga für jeden Menschen zu einem Weg werden, positive Veränderungen zu erfahren, die bisher unerreichbar waren.

Die Ausbildung richtet sich in erster Linie an Menschen, die Yoga bereits kennen gelernt haben und das Yogalehren zur eigenen Berufung machen wollen. Dafür liefert die Ausbildung das nötige persönliche, methodische und didaktische Rüstzeug. Aber auch Menschen, die die Teilnahme an der Ausbildung zur Bereicherung der persönlichen und beruflichen Entwicklung anstreben, können eine wertvolle Unterstützung für den persönlichen Lebensweg finden. Durch die eigene Erfahrung kann Yoga dabei auch als Weg zur Gesundheitsförderung erlebt werden. Lösungsmodelle zur Stressbewältigung, Elemente der Yoga-Rückenschule und Grundgedanken der ayurvedischen Ernährungs- und Gesundheitslehre können im Alltag erprobt und zur Verbesserung des eigenen Wohlbefindens umgesetzt werden.

Ayurveda und Yoga haben die gleichen Wurzeln und ergänzen sich gegenseitig. Während der Yogalehrausbildung werden die im Bezug zum Yoga wesentlichen Aspekte des Ayurveda vermittelt. Darüber hinaus werden Anregungen für eine individuell abgestimmte Ernährungs- und Lebensweise gegeben, damit die Teilnehmenden die Möglichkeit haben, die gesundheitsfördernden Wirkungen des Ayurveda selbst kennen zu lernen. Zur Vertiefung im Bereich Ayurveda werden in der YAA für YogalehrerInnen und andere Interessierte Weiterbildungsseminare angeboten.

Selbsterfahrung macht einen großen Teil des Ausbildungsweges aus. Dazu gehört auch die Stärkung der Verantwortung jedes Einzelnen für sich selbst und den Erfolg der Gruppe. Auf dem Boden eines offenen, liebevollen und disziplinierten Umgangs miteinander wächst die soziale Kompetenz der Teilnehmenden.

Die während der Yogalehrausbildung erworbenen Kenntnisse und Fähigkeiten können in vielen persönlichen und beruflichen Feldern zum Einsatz kommen. Dies bezieht sich auf die pädagogischen, die gesundheitsfördernden und die geistig-spirituellen Lehrinhalte.

Ein wichtiges Anliegen der Ausbildung ist es, Voraussetzungen zu schaffen, damit die Studierenden verstehen und selbst erfahren können, dass Yoga eine Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit bewirkt. Die Techniken des Yoga führen zu mehr Ausgeglichenheit und Ruhe auf der Ebene unseres Geistes und dadurch zu einer klareren Wahrnehmung, mehr innerer Freiheit und Mitgefühl. Jeder Mensch verfügt über ungeahnte und ungenutzte geistige Fähigkeiten, die nur darauf warten, zur positiven Veränderung entwickelt und eingesetzt zu werden. Das Ausbildungsteam der YAA freut sich darauf, diesen Weg gemeinsam mit den Auszubildenden zu gehen.

Ausbildungsleitung der YAA:

Birgit Hampe, Jahrgang 1963, Diplom-Oecotrophologin, Yogalehrerin BDY/EYU, Rückenschulleiterin, Weiterbildung bei R. Sriram (Yoga Sūtra, Bhagavadgītā, Upaniṣad, Rezitieren, Reflektieren, Yogapraxis - Theorie und Unterrichtsgestaltung, sowie Ausbildung zum Einzelunterricht / Yogatherapie), Schülerin von R. Sriram, Mitarbeit bei der Erstellung des Yogasūtra-Buches von R. Sriram, Ausbildung in Ayurveda-Therapie bei Dr. E.P. Jeevan. Selbständig tätig in eigener Yogaschule (Gruppen- und Einzelunterricht in der Tradition T.K.V. Desikachar). Vom BDY zertifizierte Moderatorin für Lehrproben in der Yogalehrausbildung. Referentin für Hatha-Yoga und Yogaphilosophie. Yoga Teacher Trainer KHYF (von T.K.V. Desikachar autorisiert für die Ausbildung von Yogalehrenden nach den Richtlinien der Krishnamacharya Healing & Yoga Foundation).

2. Ausbildung

2.1 Dauer

Die Ausbildung zum / zur YogalehrerIn nach den Rahmenrichtlinien des BDY und der EYU dauert vier Jahre. Während dieser Zeit finden jährlich elf Wochenendseminare statt. Thematik und Lerninhalte der Seminare sind systematisch aufeinander aufgebaut.

2.2 Kosten

Die Gesamtkosten der Ausbildung betragen 8.640,- €. Dieser Betrag ist ab Beginn der Ausbildung in 48 Monatsraten zu je 180,- € jeweils am 01. jeden Monats zu entrichten. Zum Abschluss des Ausbildungsvertrages gehört die Einrichtung eines entsprechenden Dauerauftrages für die Überweisung der Ausbildungsgebühren auf das Konto der YAA.

Für diejenigen TeilnehmerInnen, die eine Prüfung zum / zur YogalehrerIn BDY/EYU anstreben, fallen zusätzlich zu den Ausbildungskosten noch Prüfungsgebühren in Höhe von zurzeit 450,- € an und die Kosten für zwei externe Vorstellstunden. Für die Zulassung zur Prüfung ist die ordentliche Mitgliedschaft im BDY erforderlich. Der Jahresbeitrag beträgt derzeit 184,00 Euro. YogalehrerInnen, die sich in der Ausbildung zur YogalehrerIn BDY/EYU bei einer vom BDY anerkannten Schule befinden, haben außerdem die Möglichkeit, auch schon während der Ausbildungszeit Mitglied zu werden und erhalten für maximal vier Jahre 30 % Ermäßigung (siehe auch www.yoga.de).

In diesen Beträgen sind die Aufwendungen für Anreise, Unterkunft und Verpflegung nicht enthalten.

2.3 Seminar-Ort

Veranstaltungsort für die Ausbildungswochenenden sind die Seminarräume der YAA in 47803 Krefeld, An der Annakirche 7. Sie sind mit öffentlichen Verkehrsmitteln und dem PKW gut zu erreichen. Preiswerte Verpflegungs- und Übernachtungsmöglichkeiten sind in der Nähe. Außerdem ist die kostenfreie Übernachtung im Übungsraum der YAA möglich.

Ein Seminar zum Thema Meditation im vierten Ausbildungsseminar wird für vier Tage in einem Seminarhaus außerhalb von Krefeld stattfinden.

2.4 Kündigung

Die ersten drei Monate ab Beginn der Ausbildung gelten als Probezeit. Während dieser Zeit ist eine ordentliche Kündigung beidseitig jeweils zum Monatsende möglich.

Nach Ablauf der Probezeit verlängert sich die Laufzeit des Ausbildungsvertrages von zunächst bis zum Ende des ersten Ausbildungsjahres um jeweils ein weiteres Ausbildungsjahr bis zum Ende der Ausbildung, wenn nicht bis spätestens drei Monate vor Ablauf eines jeden Ausbildungsjahres zum Ende des betreffenden Ausbildungsjahres der Vertrag durch schriftliche Erklärung gegenüber der Ausbildungsschule gekündigt wird.

Bei einer ordentlichen Kündigung nach Ablauf der Probezeit ist die Ausbildungsschule berechtigt, für Leistungen und Aufwendungen, die im Hinblick auf die Gewährleistung der gesamten vierjährigen Ausbildungszeit erbracht worden sind bzw. noch anfallen werden, eine Entschädigung in Höhe von 15 % der noch fällig werdenden Ausbildungsgebühren zu verlangen. Die Entschädigung wird im Falle einer Kündigung in ihrer vollen Höhe sofort

fällig. Der Teilnehmerin / dem Teilnehmer steht die Möglichkeit offen, den Nachweis zur erbringen, dass die genannten Leistungen und Aufwendungen der Ausbildungsschule eine Entschädigung in der angegebenen Höhe nicht rechtfertigen.

2.5 Voraussetzungen

Für die Aufnahme in eine Ausbildungsgruppe der YAA sind folgende Voraussetzungen erforderlich:

- ein Mindestalter von 25 Jahren
- eine mindestens dreijährige eigene Yogapraxis unter Anleitung einer Yogalehrerin oder eines Yogalehrers
- tabellarischer Lebenslauf mit aktuellem Passbild (zum Nachweis einer ausreichenden Allgemeinbildung)
- ein Aufnahmegespräch, bei dem der / die BewerberIn den persönlichen Bezug zum Yoga darstellt und deutlich macht, dass er / sie über Offenheit und Verantwortungsbewusstsein im Umgang mit Menschen verfügt.

2.6 Bedingungen

Die TeilnehmerInnen verpflichten sich in Eigenverantwortung zum regelmäßigen Besuch der Seminare, damit die Kontinuität der systematisch aufeinander aufbauenden Lehrinhalte gewährleistet bleibt. Falls aus wichtigem Grund die Teilnahme an einem Seminar nicht möglich ist, muss dies so früh wie möglich der Ausbildungsschule mitgeteilt werden. Versäumte Seminare müssen nachgeholt werden. Dies kann z.B. durch die Teilnahme an dem entsprechenden Seminar bei einer späteren Ausbildungsgruppe der YAA geschehen. Wenn dafür während der Ausbildungszeit ein Platz bei der YAA frei ist, entstehen dadurch keine zusätzlichen Kosten. Das Nachholen eines Seminars ist auch bei anderen vom BDY anerkannten Ausbildungsschulen möglich, wofür aber in der Regel zusätzliche Kosten entstehen.

Das Unterrichtspraktikum besteht insgesamt aus acht Vorstellstunden (Lehrproben). Davon werden sechs innerhalb der YAA abgehalten und zwei extern, d.h. über den BDY oder andere Ausbildungsschulen. Die zwei externen Vorstellstunden müssen selbständig und auf eigene Kosten gebucht und absolviert werden. Die Vorstellstunden und die Teilnahme an Besprechungen von Vorstellstunden (Moderationen) sind verpflichtend, da sie ein wichtiger praktischer Teil der Ausbildung sind. Eine Vorstellstunde und die im Anschluss daran stattfindende Besprechung dauern jeweils etwa 45 Minuten.

Das Ausbildungsprogramm nach den Rahmenrichtlinien des BDY umfasst eine Mindestzahl von 720 Unterrichtsstunden. Die YAA bietet in den vier Ausbildungsjahren etwa 800 Unterrichtseinheiten. Die über die Mindestzahl hinausgehenden Stunden werden teilweise zur Vertiefung der Pflichtbereiche genutzt und teilweise für zusätzliche Bereiche verwendet, die den Lehrstoff ergänzen.

Die YAA stützt sich auf die Yoga-Tradition nach Śrī T. Krishnamacharya und T.K.V. Desikachar. Durch die Ausrichtung auf diesen Schwerpunkt wird während der

Ausbildungszeit ein solides Fundament im Yoga nach dieser Tradition gelegt. Nach dem Verständnis der YAA macht das Kennenlernen verschiedener Yoga-Traditionen erst nach einer längeren Zeit der Vertiefung von Wissen und Erfahrung aus einer Quelle Sinn. Daher ist es wichtig, dass diese Ausrichtung von den Schülern anerkannt und geehrt wird. Damit zukünftige StudentInnen herausfinden können, ob der Schwerpunkt der Ausbildung ihren Interessen und Neigungen entspricht, besteht die Möglichkeit, unverbindlich an Gruppenunterricht oder an einem Ausbildungsseminar einer laufenden Gruppe teilzunehmen. Es ist empfehlenswert, dass sich während der Ausbildungszeit interne Arbeitsgruppen bilden, die sich bei der Vertiefung der Lerninhalte, der Fragen-Besprechung und der Vorbereitung auf die Prüfung unterstützen.

Bei der Yoga-Tradition nach T. Krishnamacharya und T.K.V. Desikachar spielt das im Einzelunterricht individuell angepasste Üben eine große Rolle. Zur Unterstützung der Ausbildung und des persönlichen Wachstumsprozesses wird daher empfohlen, während der Ausbildungszeit 25 Einzelstunden bei einem persönlichen Lehrer eigener Wahl zu nehmen. Die Kosten für den Einzelunterricht sind nicht in den Ausbildungskosten enthalten und gehen separat an den jeweiligen Lehrer. Die Einzelstunden sind Voraussetzung für die Zertifizierung als Yoga Teacher KHYF. Für die Zulassung zur Prüfung zum / zur YogalehrerIn BDY / EYU sind sie nicht verpflichtend.

2.7 Gruppengröße

Die Ausbildungsgruppe wird aus 18 bis 21 Personen bestehen.

2.8 Zielgruppe

Yoga ist ein Entwicklungsprozess, der den ganzen Menschen mit einschließt. Daher spielt die Bereitschaft zur Persönlichkeitsentwicklung eine große Rolle. Die Ausbildung ist geeignet für Menschen, die unabhängig von Alter und beruflichem Werdegang ihre Liebe zum Yoga entdeckt und schon einige Erfahrungen gesammelt haben. Die Ausbildung wendet sich an Menschen, die sich entwickeln und auf einen gemeinsamen Prozess des Wachsens in der Gruppe einlassen wollen. An der Ausbildung können nicht nur Personen teilnehmen, die Yogalehren als Berufung ausüben wollen, sondern auch Menschen, die damit ihre Persönlichkeitsentwicklung fördern wollen.

2.9 Anerkennung der Ausbildung durch Berufsverbände und Krankenkassen

Die Yogalehrausbildung an der YAA erfolgt nach den Rahmenrichtlinien des BDY (Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.) und der EYU (Europäischen Yoga-Union). Die TeilnehmerInnen erhalten am Ende jedes Ausbildungsjahres ein Zertifikat der YAA, in dem die bis dahin absolvierten Unterrichtseinheiten bescheinigt werden. Die Ausbildungslehrgänge der YAA sind vom BDY anerkannt und erfüllen die Voraussetzungen, die zur Qualifikation "Yogalehrer/in BDY/EYU" führen.

Für die Anerkennung als YogalehrerIn bei den Krankenkassen ist eine abgeschlossene und mindestens 500 Stunden umfassende Yogalehrausbildung erforderlich und außerdem eine staatlich anerkannte Ausbildung in einem Gesundheits- oder Sozialberuf.

3. BDY-Ausbildungsrichtlinien

Das Ausbildungsprogramm nach den Rahmenrichtlinien des BDY und der EYU umfasst mindestens 720 Unterrichtseinheiten in vier Jahren. Bestandteil der Ausbildung sind auch acht Vorstellstunden und eine umfassende Abschlussprüfung.

Die YAA bietet während der vierjährigen Ausbildungszeit insgesamt 800 Unterrichtseinheiten. Die über die Mindestzahl hinausgehenden Stunden werden für die Vertiefung der praktischen Unterrichtserfahrung und für das Fach Ayurveda verwendet.

Lehrinhalte der Ausbildung

Hatha-Yoga **200 UE**

- Entspannung und Körperwahrnehmung
- Körperübungen, Āsana, Karana/Vinyasa, Kriya, Mudra
- Atemübungen, Prāṇāyāma

Meditation **50 UE**

- Konzentration
- Yoga-Meditation nach klassischen Texten
- Einführung in die verschiedenen Meditationsweisen

Unterrichtsgestaltung **80 UE**

- Didaktik und Methodik des Yoga-Unterrichtens
- Planung und Analyse von Stunden und Kursen
- Stimme, Sprache, Kommunikation
- Beobachtung, Korrektur
- TeilnehmerInnen-orientiertes Unterrichten
- Umgang mit Gruppen

Psychologie **50 UE**

- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Yogalehrende als GruppenleiterInnen
- Gesprächsführung für Yogalehrende

Unterrichtspraktikum **50 UE**

- Pro TeilnehmerIn acht Vorstellstunden (davon zwei extern) mit acht Moderationen
- plus Teilnahme an mindestens 17 fremden Vorstellstunden mit 17 Moderationen

Medizinische Grundlagen **100 UE**

- Bewegungsapparat
- Atmung, Herz-Kreislauf-System
- Nervensystem und Endokrinum
- Verdauungssystem und Ausscheidungsorgane

Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga	130 UE
<ul style="list-style-type: none"> • Sanskrit Grundlagen • Geschichte Indiens und die Entwicklung des Yoga bis heute • Yogapersonlichkeiten und Traditionen • Veden, Upaniṣaden und Vedānta-Philosophie • Sāṃkya-Philosophie • Yogasūtra des Patañjali • Bhagavadgītā • Tantrismus und Haṭha-Yoga-Schriften 	
Ethik und Philosophie	40 UE
<ul style="list-style-type: none"> • Weltreligionen, Mystik, Spiritualität • Westliche Philosophie • Ethik in Beruf und Alltag 	
Berufsorientierung	20 UE
<ul style="list-style-type: none"> • Berufsbild, Berufsfelder • Existenzgründung, Finanzplanung • Marketing 	
Pflichtstunden gesamt	720 UE
In der YAA zusätzlich gegebene UE:	80 UE
Insgesamt	800 UE

4. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels “Yogalehrerin BDY/EYU“ / “Yogalehrer BDY/EYU“

Zulassung

Es gelten folgende Voraussetzungen für eine Zulassung zur Prüfung "Yogalehrer BDY/EYU" und "Yogalehrerin BDY/EYU":

- die ordentliche Mitgliedschaft im BDY
- abgeschlossene Yogalehrausbildung nach den Rahmenrichtlinien des BDY und der EYU in der jeweils gültigen Fassung.

Die Prüfung kann an einer Ausbildungsschule, die mit dem BDY einen diesbezüglichen Vertrag geschlossen hat, abgelegt werden, dann wird die Bewerbung bei der jeweiligen Schule eingereicht. Die Prüfung kann beim BDY abgelegt werden, dann wird die Bewerbung bei der Geschäftsstelle zum jeweiligen Anmeldetermin, der im aktuellen Seminarprogramm veröffentlicht wird, eingereicht.

Der Bewerber, die Bewerberin überreicht mit dem Antrag auf die Zulassung zur Prüfung:

- den Nachweis über die erforderlichen Vorstellstunden
- Studiennachweis über die abgeschlossene Yogalehrausbildung von mindestens vier Jahren bis zum Termin der mündlichen Prüfung
- Nachweis über die ordentliche Mitgliedschaft im BDY

Die Ausbildung an einer Schule wird durch eine Bescheinigung über den Abschluss der Ausbildung an dieser Schule, über die schulinternen Lehrproben und die 2 Vorstellstunden außerhalb der eigenen Ausbildungsschule nachgewiesen.

Die Ausbildung über das Kontaktstudium (KST) des BDY wird über die TN-Bestätigungen an den Ausbildungsseminaren mit den erforderlichen UE und den Nachweis über die erforderlichen Vorstellstunden nachgewiesen.

Prüfung

Die Prüfung, deren Termin vom Vorstand für Aus- und Weiterbildung oder der jeweiligen Schulleitung festgelegt wird, besteht aus 3 Teilen:

1. Schriftliche Prüfungsarbeit

Es ist eine schriftliche Prüfungsarbeit im Umfang von mindestens 40 höchstens 70 Schreibmaschinenseiten vorzulegen, deren Themenbereiche vom Vorstand für Aus- und Weiterbildung des BDY oder von der Ausbildungsschule vorgegeben werden. Die Bearbeitungszeit beträgt max. sechs Monate. Sie ist in zweifacher Ausfertigung einzureichen. Die schriftliche Arbeit gilt als bestanden, wenn die gestellten Fragen und Themenbereiche selbständig und ausreichend, sowie in guter sprachlicher Form mit der nötigen Sachkompetenz bearbeitet wurden. Die Arbeit wird von 2 GutachterInnen gelesen und ein schriftliches Gesamtgutachten liegt zum Zeitpunkt der mündlichen Prüfung vor. Die PrüfungsteilnehmerInnen erhalten das Gesamtgutachten nach bestandener Prüfung.

2. Lehrprobe

In der 45minütigen Lehrprobe, deren schriftliche Ausarbeitung eine Woche vor dem Termin der mündlichen Prüfung allen Mitgliedern der Prüfungskommission zugeschickt werden muss, soll ein abgerundetes Stundenbild unter Berücksichtigung von Ziel, Inhalt und Methode gezeigt werden. Die Lehrprobe soll außerdem die Detaillierung eines frei zu wählenden Āsanas oder einer anderen Yogaübungsform enthalten. Die Lehrprobe gilt als bestanden, wenn folgende Fähigkeiten nachgewiesen werden konnten:

- didaktische und sprachliche Fähigkeiten bei der Vermittlung von Yogaübungsweisen, wobei ein angemessener und guter Kontakt zur Gruppe erfahrbar sein sollte,
- die Fähigkeit, theoretisches Wissen sachkompetent, teilnehmerbezogen und situativ in der Unterrichtspraxis umzusetzen,
- in einem klaren Stundenablauf Ziele und Inhalte korrekt zu vermitteln und für die TeilnehmerInnen erfahrbar zu machen.

3. Prüfungsgespräch

Das Prüfungsgespräch findet möglichst in einer Gruppe von zwei bis vier Prüflingen statt, wobei für jeden Prüfling 15 Minuten angesetzt werden. Die Prüfungskommission entscheidet, ob das Prüfungsgespräch erfolgreich bestanden wurde.

Prüfungsausschuss

An einer Ausbildungsschule besteht der Prüfungsausschuss aus mindestens drei Personen. Die Schulleiterin oder der Schulleiter hat den Vorsitz und beruft eine weitere schul-externe Person von der aktuellen PrüferInnen-Liste des BDY, weitere PrüfungsbeisitzerInnen können aus dem schulinternen Ausbildungsteam von der Schulleitung benannt werden. Der Prüfungsausschuss bei Prüfungen durch den BDY besteht aus mindestens zwei Personen. Den Vorsitz übernimmt das Vorstandsmitglied für Ausbildung oder ein/e von ihm Beauftragte/r aus der derzeit gültigen PrüferInnenliste. Das 2. Mitglied des Prüfungsausschusses wird von dem/der Vorsitzenden des Ausschusses aus der PrüferInnenliste berufen. Die Prüfungsbeschlüsse sind verbindlich.

Qualifikationserteilung

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn alle 3 Prüfungsabschnitte erfolgreich abgeschlossen wurden. Ein Abschnitt, der nicht bestanden wurde, kann zum nächsten Termin, jedoch frühestens nach einem halben Jahr wiederholt werden. Er muss spätestens nach drei Jahren abgeschlossen sein. Ist die schriftliche Prüfungsarbeit nicht ausreichend, wird der Prüfling benachrichtigt. Er kann den vereinbarten Termin für die Lehrprobe und das Prüfungsgespräch wahrnehmen, die schriftliche Arbeit frühestens nach einem halben Jahr wiederholen und damit die Prüfung zum Abschluss bringen. Es besteht aber auch die Möglichkeit, sich mit der Wiederholung der schriftlichen Arbeit erneut zu einer Gesamtprüfung anzumelden, die frühestens nach einem halben Jahr stattfinden kann.

5. Lehrplan der Studierenden der YAA (2011 bis 2015 – Gruppe C)

(Stand 18.03.2010, Änderungen vorbehalten)

In jedem Ausbildungsjahr finden 11 Wochenendseminare statt. Die Termine der einzelnen Seminare werden ca. 6 bis 12 Monate vor Beginn des jeweiligen Ausbildungsjahres bekannt gegeben und Änderungen sind vorbehalten.

1. Ausbildungsjahr (April 2011 bis März 2012)

01/1	02.-03.04.2011	Grundlagen Teil 1 (Kennenlernen, Was ist Yoga)
02/1	07.-08.05.2011	Grundlagen Teil 2 (Sanskrit, Berufsbild, Yoga-Tradition)
03/1	04.-05.06.2011	Hatha Yoga (Vorbeugen)
04/1	02.-03.07.2011	Ayurveda 1
05/1	17.-18.09.2011	Hatha-Yoga (Rückbeugen)
05/1	08.-09.10.2011	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
06/1	12.-13.11.2011	Unterrichtsgestaltung 1
07/1	03.-04.12.2011	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
08/1	21.-22.01.2012	Hatha-Yoga (Seitbeugen, Drehungen)
09/1	25.-26.02.2012	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga (Patañjali 1)
10/1	17.-18.03.2012	Hatha-Yoga (Gleichgewichtshaltungen)

2. Ausbildungsjahr (April 2012 bis März 2013)

01/2	April 2012	Medizinische Grundlagen 1 (Bewegungsapparat)
02/3	Mai 2012	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
03/2	Juni 2012	Medizinische Grundlagen 2 (Atmung, Herz-Kreislauf-System)
04/2	Juli 2012	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
05/2	September 2012	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga (Patañjali 2)
06/2	Oktober 2012	Unterrichtsgestaltung 2
07/2	November 2012	Hatha-Yoga (Haltungen mit hohen Anforderungen, Sprünge)
08/2	Dezember 2012	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
09/2	Januar 2013	Psychologie 1
10/2	Februar 2013	Hatha-Yoga (Prāṇāyāma 1)
11/2	März 2013	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga (Patañjali 3)

3. Ausbildungsjahr (April 2013 bis März 2014)

01/3	April 2013	Unterrichtsgestaltung 3
02/3	Mai 2013	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
03/3	Juni 2013	Medizin, Hatha Yoga (Umgang mit bes. TN u. Krankheiten im GU)
04/3	Juli 2013	Ayurveda 2
05/3	September 2013	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga (Patañjali 4)
06/3	Oktober 2013	Hatha-Yoga (Prāṇāyāma 2)
07/3	November 2013	Ethik und Philosophie 1 (Ethik in Beruf und Alltag)
08/3	Dezember 2013	Hatha-Yoga (Umkehrhaltungen)
09/3	Januar 2014	Psychologie 2
10/3	Februar 2014	Medizinische Grundlagen 3 (Nervensystem, Endokrinum)
11/3	März 2014	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga

4. Ausbildungsjahr (April 2014 bis März 2015)

01/4	April 2014	Unterrichtsgestaltung und Hatha Yoga (Vinyasa krama)
02/4	Mai 2014	Medizinische Grundlagen 4 (Verdauungssystem, Ausscheidungsorgane)
03/4	Juni 2014	Ethik und Philosophie 2
04/4	August 2014	Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
05/4	September 2014	Ethik und Philosophie 3
06/4	Oktober 2014	Meditation 1
07/4	November 2014	Medizinische Grundlagen 5 (Psychosomatik, Stressbewältigung)
08/4	Dezember 2014	Meditation 2
09/4	Januar 2015	Psychologie 3
10/4	Februar 2015	Meditation 3 (viertägiges Seminar)
11/4	März 2015	Berufsorientierung Prüfung

Zeitplan der Seminare

Ein Wochenend-Seminar beinhaltet 16 UE, die sich wie folgt aufteilen:

Samstag:	09:00 bis 10:30 Uhr	2 UE
	10:45 bis 12:15 Uhr	2 UE
	12:30 bis 13:15 Uhr	1 UE
	14:45 bis 16:15 Uhr	2 UE
	16:30 bis 18:00 Uhr	2 UE
Sonntag:	09:00 bis 10:30 Uhr	2 UE
	10:45 bis 12:15 Uhr	2 UE
	13:00 bis 14:30 Uhr	2 UE
	14:45 bis 15:30 Uhr	1 UE

Die Seminarzeiten können falls nötig in Abstimmung mit der Ausbildungsgruppe noch angepasst werden.

Dazu kommen pro Ausbildungsjahr noch zwei Freitage oder Samstage mit je 8 bis 10 UE Unterrichtspraktikum an denen die StudentInnen die Vorstellstunden (Lehrproben) halten.

Vorstellstunden:

Für die Absolvierung des Unterrichtspraktikums finden zusätzlich zu den Wochenendseminaren Vorstellstundentage (VSST) statt. Diese werden an Freitagen oder Samstagen angeboten. Zur Planung der Teilnahme wird eine Terminliste ausgelegt.

Folgende Verteilung der 6 internen Vorstellstunden (Lehrproben) wird empfohlen:

1. Ausbildungsjahr: Teilnahme an zwei VSST der YAA als Gast
2. Ausbildungsjahr: Teilnahme an zwei VSST der YAA mit je eigener Lehrprobe
3. Ausbildungsjahr: Teilnahme an zwei VSST der YAA mit je eigener Lehrprobe
4. Ausbildungsjahr: Teilnahme an zwei VSST der YAA mit je eigener Lehrprobe

Für die Absolvierung der zwei externen Vorstellstunden werden ebenfalls Vorstellstundentage angeboten. Diese werden von BDY-ModeratorInnen und von anerkannten Ausbildungsschulen im Auftrag des BDY veranstaltet. Die zwei externen Vorstellstunden müssen selbständig und auf eigene Kosten gebucht und absolviert werden. Nur eine der beiden externen Vorstellstunden kann bei einer Ausbildungsschule, die nicht die eigene ist, gehalten werden. Die andere externe Vorstellstunde muss durch eine/n BDY-ModeratorIn abgenommen werden.

Es wird empfohlen, die erste externe Lehrprobe im 3. Ausbildungsjahr und die zweite externe Lehrprobe im 4. Ausbildungsjahr einzuplanen.

Die insgesamt acht Vorstellstunden (sechs intern und zwei extern) und die Teilnahme an Besprechungen von Vorstellstunden (Moderationen) sind verpflichtend, da sie ein wichtiger praktischer Teil der Ausbildung sind. Eine Vorstellstunde und die im Anschluss daran stattfindende Besprechung dauern jeweils etwa 45 Minuten. Ein Vorstellstundentag besteht aus 4 bis 5 Vorstellstunden.

6. Lehrinhalte der Ausbildung

Die folgenden Bausteine der Ausbildung sollen den Yogaweg in seiner Gesamtheit erfahrbar machen. Die Teilnehmenden lernen Yoga als Mittel zur Persönlichkeitsentfaltung, Gesundheitsförderung und als spirituellen Weg kennen. Das gewonnene Wissen und die praktischen Erfahrungen sollen sie in die Lage versetzen, Yoga verantwortungsbewusst und kompetent für sich und andere Menschen anzuwenden.

Die Ausbildungsleitung behält sich vor, bei Bedarf Veränderungen der Lehrinhalte und des Lehrplans vorzunehmen, wobei die vom BDY vorgeschriebenen Unterrichtseinheiten aber auf jeden Fall eingehalten werden.

6.1 Hatha-Yoga

- Wahrnehmungserweiterung
- Verbesserung von Beweglichkeit, Kraft, Körperhaltung
- Atemschulung
- Erweiterung der Erlebnisfähigkeit
- die Prāṇa-Vayus
- Kennenlernen einzelner Körperhaltungen (Āsanas)
- Aussprache und Bedeutung der Sanskrit-Bezeichnungen der Körperhaltungen
- Warum wird eine Körperhaltung geübt
- Welche Anforderungen und Risiken sind damit verbunden
- Vorbereitung und Ausgleich
- Wirbelsäule und Atmung als Mittelpunkt
- Vinyasa krama
- intensive Beschäftigung mit den Körperhaltungen und den übergeordneten Kategorien (Vorbeuge, Rückbeuge, Seitbeuge / Drehung, Umkehrhaltung, Gleichgewichtshaltung)
- physische, psychische, energetische und spirituelle Bedeutung der Körperhaltungen
- Symbolik der Körperhaltungen
- Einführung in die Techniken des prāṇāyāma
- Übungsweise und Wirkungsweise, Risiken
- intensives Kennenlernen verschiedener Atemtechniken in der Tradition T.K.V. Desikachars
- Übungserfahrung in Prāṇāyāma als Teil des individuellen Einzelunterrichts
- Weiterführung der Techniken, Bandhas und Mudras
- Umgang mit verschiedenen TeilnehmerInnen im Gruppenunterricht (z.B. ältere Menschen, Schwangere)
- Umgang mit Krankheiten im Gruppenunterricht (z.B. Menschen mit Problemen im Nacken und oberen Rücken, im unteren Rücken oder Hüfte, Knieprobleme, Hypertonie, erhöhter Augen-Innendruck, Asthmatiker)

6.2 Meditation

- Konzentration
- Yoga-Meditation nach klassischen Texten
- Einführung in verschiedene Meditationsweisen
- Einführung in die Meditation nach Patañjali

6.3 Unterrichtsgestaltung

- Erarbeitung von Curricula (Ziele und Inhalte einer Unterrichtsreihe)
- Unterrichtsplanung (von der Grobplanung zur Feinplanung)
- Didaktik und Methodik des Yogalehrens
- Grundlagen des Lehrens und Lernens, Lernformen
- Lernprozesse fördern und Eigenmotivation stärken
- Teilnehmerorientierung
- Einfluss von äußeren Faktoren auf den Unterricht
- Lehrerpersönlichkeit
- sprachlicher Ausdruck und Körperhaltung
- Bedeutung des Yogalehrens in der Gesellschaft
- östliche und westliche Lehrmethoden
- Einsatz von Medien und anderen Hilfsmitteln im Unterricht
- Gruppenprozesse in Gang setzen, Störungen erkennen und lösen
- bewusste Unterrichtsprozesse (Planung -> Durchführung -> Reflektion -> Veränderung)
- Vinyasa krama

6.4 Psychologie

- Überblick über die Hauptströmungen der westlichen Psychologie
- Selbst- und Fremdwahrnehmung
- Yogalehrende als GruppenleiterInnen
- Gesprächsführung für Yogalehrende
- Wachstumsfördernde und hemmende Reaktionen und Verhaltensweisen
- einfühlsames und nicht wertendes Verstehen
- Sensibilisierung der Wahrnehmung
- konkrete Umsetzungsvorschläge für wachstumsfördernde Impulse im Unterricht
- eigene Grenzen erkennen und akzeptieren
- Umgang mit Verhaltensmustern
- Eigenverantwortung und Selbststeuerung
- Supervision für Yogalehrende

6.5 Unterrichtspraktikum

Referate

- Ausarbeitung von Referaten zur Vertiefung des Unterrichtsstoffes
- Vortrag der Ausarbeitungen zur Sprachschulung

Vorstellstunden

Erarbeitung und Durchführung von sechs internen und zwei externen Vorstellstunden sowie die Teilnahme an Unterrichtsbesprechungen. In den Vorstellstunden können die StudentInnen ihre persönliche Entwicklung im Yoga und ihre Auseinandersetzung mit den Studienfächern darstellen. Alle wesentlichen Elemente des Hatha-Yoga sollen dabei entwickelt werden: Āsana, Prāṇāyāma, Bandha, Mudra, Meditation, Entspannung. Eine Vorstellstunde soll auf eine Dauer von 45 Minuten angelegt sein und diese Zeit auch in etwa eingehalten werden. Im Anschluss daran wird die Stunde unter Leitung einer Moderatorin oder eines Moderators in der Unterrichtsgruppe besprochen.

Gruppenarbeit und eigenes Üben

Erkennen, dass zur ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung im Sinne des Yoga der Aufbau von Arbeitsgruppen und das eigene, individuell angepasste Üben gehören.

- Gründung von Arbeitsgruppen mit regelmäßigen und themenorientierten Treffen
- kontinuierliche eigene Übungspraxis, die durch Einzelunterricht begleitet wird

6.6 Medizinische Grundlagen

Bewegungsapparat

- Grundlagenwissen über den passiven und aktiven Bewegungsapparat
- wichtige Muskelgruppen benennen und differenzieren
- die eigenen Körperwahrnehmung in Bezug auf diese Zusammenhänge vertiefen
- Bewusstmachung von eigenen Bewegungsmustern
- Überblick über die verschiedenen Methoden und Konzepte der Körperarbeit

Atmung, Herz-Kreislauf-System

- Grundlagenwissen über den Atmungsapparat und den Gasaustausch
- Herz- und Gefäßsystem
- Blutkreislauf und dazu gehörende Organe

Nervensystem und Endokrinum

- die sensorischen Systeme
- die motorischen Systeme
- das vegetative Nervensystem
- Gehirn
- Trainingmöglichkeiten und –wirkungen

Verdauungssystem und Ausscheidungsorgane

- Grundlagenwissen über Einteilung und Funktionen des Verdauungstraktes
- Verdauung und Stoffwechsel aus ayurvedischer Sicht

Stressbewältigung und Psychosomatik

- Psychosomatik
- Stressauslösende Faktoren und Bewältigungsstrategien
- Stressprävention durch Yoga
- Umgang mit Belastungssituationen

Umgang mit besonderen TeilnehmerInnen und Krankheiten im Gruppenunterricht

- Schwangerschaft und Yoga
- Rückenprobleme
- Kontraindikationen

6.7 Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga

- Sanskrit-Grundlagen
Die Grundbegriffe des Sanskrit werden im Zusammenhang mit den Bezeichnungen für die Übungstechniken des Yoga und den Yoga-Sūtren des Patañjali vermittelt.
- Geschichte Indiens und die Entwicklung des Yoga bis heute
- Yogapersonlichkeiten und Traditionen
Verwirklichung der Yogalehren im Alltag am Beispiel großer Lehrer des Yoga unserer Zeit
- Veden, Upaniṣaden, und Vedānta-Philosophie
- Sāṃkya-Philosophie
- Bhagavadgītā,
- Tantrismus und Haṭha-Yoga-Pradīpikā
- Yogasūtra des Patañjali

Der Vermittlung des Yoga Sūtra wird in der Tradition nach T. Krishnamacharya und T.K.V. Desikachar eine sehr große Bedeutung beigemessen. Die Anwendung der Yogapraxis und die Integration der Yogalehren in den Alltag richtet sich nach den Grundideen des Yoga Sūtra aus. Durch Rezitation und Studium des Textes erhalten die StudentInnen eine Einführung in das Yoga Sūtra des Patañjali und den jeweiligen Bezug zur Praxis.

Die Yogalehrsätze des Patañjali bieten Lösungsstrategien für die Anforderungen des Alltags und zeigen Entwicklungsperspektiven auf. In den Lehrsätzen werden Hindernissen auf dem Weg zum Ziel beschrieben und Möglichkeiten aufgezeigt, wie wir mit diesen Hindernissen umgehen und sie überwinden können. Dabei geht es immer darum, zukünftiges Leid zu vermeiden, Unterscheidungsfähigkeit zu entwickeln und innerlich freier zu werden.

Das Yoga Sūtra zeichnet sich durch seine kurze und strukturierte Klarheit aus. Darüber hinaus ist es frei von jeglichen Dogmen und mit großer Offenheit verfasst. Es wird deutlich herausgestellt, dass sich die innere Entwicklung eines Menschen an seinem besonderen Hintergrund, seiner Kultur und den persönlichen Interessen und Möglichkeiten orientieren muss.

Zusammenfassender Überblick über die vier Kapitel des Textes:

- Yogadefinition, Hindernisse
- Kriya-Yoga, Kleśas, die acht Glieder des Yoga,
- Meditation, Gleichmut gegenüber besonderen Fähigkeiten
- gültige und ungültige Wege, Notwendigkeit der Reifung

6.8 Ethik und Philosophie

- Ethik in Beruf und Alltag
- Weltreligionen, Mystik, Spiritualität
- Westliche Philosophie

6.9 Berufsorientierung

- Berufsbild, Berufsfelder
- Existenzgründung, Finanzplanung
- Marketingmaßnahmen (Anzeigentexte, Internetpräsenz usw.)

6.10 in der YAA zusätzlich angebotene Lehrinhalte

Grundlagen

Die ersten beiden Seminare stehen unter dem Motto "Kennenlernen".

- Kennenlernen der Teilnehmenden der Ausbildung untereinander und der ReferentInnen
- Bedeutung der Ausbildung, Warum üben Menschen Yoga?
- Zusammenhänge verstehen (Gesundheit, Umfeld, Selbstbewusstsein, Psyche, Lebenssinn)
- Lösungsmodelle des Yoga
- Definition von Gesundheit, Yoga als gesundheitsfördernde Maßnahme
- Zusammenhänge zwischen Körper, Atem, Geist, Spiritualität
- Kennenlernen der Tradition T.K.V. Desikachar
- Förderung des Gruppenprozesses
- Yoga Rahasya
- Veränderungsprozesse, Vinyāsa krama
- Wahrnehmungsschulung

Ayurveda

Einführung in Ayurveda (insbesondere die Doshas und Agni)

Ernährungsgrundsätze des Ayurveda

Rezitieren

Das Rezitieren ist die traditionelle Lernweise Altindiens, um der Bedeutung des Wortes über den Klang näher zu kommen. Dabei werden Silben oder Teile von alten Weisheitstexten in Sanskrit, der Ursprache Indiens, wiederholt getönt. In der Tradition nach Desikachar wird vor allem auf das Rezitieren und Studieren des Yoga Sūtra, der Quellschrift des Yoga, großer Wert gelegt. Die rezitierten Sūtren prägen sich tiefer als gesprochene Worte (wie Liedmelodien) ins Gedächtnis ein. Dadurch werden sie zu Leitfäden, denen sich die im Austausch mit dem Lehrer studierten Inhalte und Bedeutungen zuordnen können.

Darüber hinaus ist das Rezitieren eine Möglichkeit, den Atem und die Stimme zu schulen und zur inneren Stille zu finden.

7. Referentinnen und Referenten der YAA

In der folgenden Übersicht werden Referentinnen und Referenten vorgestellt, die bei den Aus- und Weiterbildungen der YAA als Lehrkräfte eingesetzt werden. Aktuelle Veränderungen und Erweiterungen des ReferentInnen-Teams werden in der Webseite der YAA bekannt gegeben.

Hampe, Birgit (Ausbildungsleiterin der YAA, Hatha-Yoga, Yoga-Philosophie)

Jahrgang 1963, Diplom-Oecotrophologin, Yogalehrerin BDY/EYU, Rückenschulleiterin, Weiterbildung in Yoga-Philosophie und Yoga-Therapie im Einzelunterricht bei dem indischen Yogalehrer R. Sriram, Schülerin von R. Sriram, Mitarbeit bei der Erstellung des Yogasūtra-Buches von R. Sriram, Ausbildung in Ayurveda-Therapie bei dem indischen Ayurveda-Arzt Dr. E.P. Jeevan.

Selbständig tätig in eigener Yogaschule (Gruppen- und Einzelunterricht in der Tradition T.K.V. Desikachar). Vom BDY zertifizierte Moderatorin für Lehrproben in der Yogalehrausbildung. Referentin für Hatha-Yoga und Yogaphilosophie.

Yoga Teacher Trainer KHYF (von T.K.V. Desikachar autorisiert für die Ausbildung von Yogalehrenden nach den Richtlinien der Krishnamacharya Healing & Yoga Foundation).

www.birgit-hampe.de

Höltken, Petra (Moderation von Vorstellstunden)

Jahrgang 1959, Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU bei Uwe Bräutigam und Michaela Kehle in Köln, Weiterbildung in Yoga-Therapie bei dem indischen Yogalehrer R. Sriram in München und Chennai (Indien), anerkannte Yogalehrerin der Krishnamacharya Yoga und Healing Foundation (KHYF), Heilpraktikerin für Psychotherapie.

www.yoga-kempen.de

Jeevan, Dr. E. P. (Ayurveda)

Jahrgang 1965, Ayurveda-Arzt und Dozent aus Kerala, Südindien; nach seinem Studium an der Ayurveda-Universität in Coimbatore praktizierte er als Ayurveda-Arzt im dortigen Krankenhaus, er war Leiter der Abteilung Allgemeinmedizin und unterrichtete dort als Dozent Schüler aus der ganzen Welt. Seit 1996 praktiziert er in Deutschland und leitet Ayurveda-Ausbildungsprogramme.

www.ayurveda-care.de

Simon-Wagenbach, Helga (Meditation)

Jahrgang 1936, Yogalehrerin BDY/EYU, Zen-Lehrerin autorisiert von Pater Willigis Jäger, in der Aus- und Weiterbildung tätig als Referentin für Patañjali, Philosophie, Prāṇāyāma und Yoga-Meditation. Sie lehrt in der Tradition T.K.V. Desikachar und ist Schülerin von R. Sriram. Veröffentlichungen über Yoga-Meditation und die Mystik des Yoga.

Sriram, R. (Yoga-Philosophie)

Geboren 1954 in Chennai, Schüler von Śrī T.K.V. Desikachar, unterrichtete an dessen Yoga-Zentrum, dem Yoga-Mandiram und lernte noch Śrī Krishnamacharya kennen. Schwerpunkt seiner Arbeit ist die Interpretation der Yoga-Philosophie in einer modernen Sprache und die therapeutische Anwendung der Yoga-Techniken und der Yoga-Philosophie. Er leitet ein Yoga-Zentrum im Odenwald und ist Autor zahlreicher Veröffentlichungen (Yogasūtra Arbeitsbuch, Neun Schritte in die Freiheit, Yoga und Gefühle).

www.yogaweg.de

Wolz-Gottwald, Dr. phil. Eckard (westliche Philosophie, Mystik und Weltreligionen)

Jahrgang 1957, lehrt Philosophie an der Philosophisch-Theologischen Hochschule Münster. Neben seiner akademischen Tätigkeit arbeitet er an der praktischen Umsetzung von Philosophie als Bewusstseinsbildung in seiner eigenen Praxis für Yoga und Meditation. Als Referent mit langjähriger Erfahrung in der Vermittlung einer praxisorientierten Yoga-Philosophie lehrt er in verschiedenen Yogalehrausbildungen, er ist ständiger Mitarbeiter beim Deutschen Yoga-Forum sowie Autor zahlreicher Bücher zur spirituellen Philosophie des Ostens wie des Westens (z.B. Yoga-Philosophie-Atlas).

8. Berufsethische Richtlinien

des Berufsverbandes der Yogalehrenden in Deutschland e.V. (BDY) und der YAA

Die Wirkungen von Yoga auf den Menschen in seiner Ganzheit sind weit reichend und segensreich. Diese Wirkungen kommen vor allem durch regelmäßiges Üben und den persönlichen und unmittelbaren Kontakt zwischen Lehrenden und Lernenden zustande. Im Yoga sind neben dem Fachwissen auch Charakter, Lebenseinstellung und Persönlichkeit von Lehrpersonen entscheidend für die Qualität der Begegnung und Zusammenarbeit im Unterricht.

Der jahrtausende alte Yoga gründet seit jeher auf ethischen Prinzipien. Aus diesen ethischen Prinzipien leiten sich für den Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V. bestimmte berufsethische Richtlinien für Yogalehrende ab. Diese berufsethischen Richtlinien wurden im Interesse von Qualität, Transparenz und Vertrauensbildung durch die Mitglieder des BDY aufgestellt:

1. Als Yogalehrende sind wir uns der Verantwortung gegenüber den Lernenden bewusst. Nach bestem Wissen und Gewissen setzen wir unsere Kräfte dafür ein, ihre Gesundheit und Lebenskraft zu fördern. Darüber hinaus zeigen wir ihnen Wege zu innerer Stärke und Harmonie auf und bieten Möglichkeiten für ihre geistig-spirituelle Entwicklung.
2. Wir vermitteln bewährte gesundheitswirksame Methoden und Übungsweisen des Yoga in voller Anerkennung der geistigen und konfessionellen Freiheit des anderen Menschen. Als Yogalehrende erkennen wir den Wert aller Menschen an, unabhängig von Geschlecht, ethnischem Ursprung, politischer oder religiöser Überzeugung.
3. Wir respektieren die unterschiedlichen Yoga-Traditionen. Wir sind uns bewusst, dass die eigene Interpretation von Yoga nicht die einzig gültige ist.
4. Wir achten die Persönlichkeit und Freiheit der Lernenden. Aus diesem Verständnis heraus enthalten wir uns jeglicher psychischer, körperlicher, sozialer und materieller Ausnutzung.
5. Wir behandeln die persönlichen Mitteilungen der Lernenden vertraulich.
6. Als Yogalehrende respektieren wir unsere Grenzen und Kompetenzen und unterrichten nur, was wir selber studiert haben und praktizieren. Wir bilden uns regelmäßig im Yoga weiter, um die eigene persönliche und berufliche Entwicklung zu fördern.
7. Wir bleiben uns der Grenzen unserer Möglichkeiten bewusst. Lernende, die aufgrund ihrer körperlichen oder psychischen Verfassung für uns erkennbar einer Heilbehandlung bedürfen, regen wir an, sich in fachkompetente Hände zu begeben.
8. Wir informieren die Lernenden über unseren Yoga-Unterricht. Wenn wir in Ergänzung oder Begleitung unseres Yoga-Unterrichts andere Methoden einsetzen, klären wir die Lernenden über Art und Umfang dieser Methoden auf.
9. Wir informieren vor Beginn des Unterrichts die Lernenden über Dauer, Kosten und Teilnahmebedingungen.
10. Als Yogalehrenden ist uns die Notwendigkeit des sozialen Zusammenhalts einer Gesellschaft und die Achtung von Natur und Umwelt bewusst. Wir richten daran das eigene Handeln aus und zeigen praktische Solidarität mit den Mitmenschen. Wir streben an, mit der Vielschichtigkeit der Gesellschaft und der Vielfalt der Kulturen selbstbewusst, offen und kritisch umzugehen und damit einen Beitrag zur demokratischen Gesellschaft zu leisten.

(Beschlissen auf der außerordentlichen Mitgliederversammlung am 11. März 2000 in Göttingen)

9. Verzeichnis der verwendeten Abkürzungen

- YAA = **YOGA-AYURVEDA-AKADEMIE**
KHYP = Krishnamacharya Healing & Yoga Foundation
BDY = Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.
EYU = Europäische Yoga Union
UE = Unterrichtseinheit (45 Minuten)