

---

# 25h VINYASA YOGA TEACHER TRAINING für Quereinsteiger in Baar

---

in Zusammenarbeit mit

**beayogi**



## FÜR WEN EIGNET SICH DIE 25H AUSBILDUNG

---

Du bist ausgebildete/r Yogalehrer/in und möchtest gerne VINYASA (Power) Yoga unterrichten lernen?

Unser Intensivtraining umfasst 25 Stunden und richtet sich speziell an Yogalehrer/innen aus anderen Yogastilen (Hatha Yoga, Kundalini Yoga, Sivananda Yoga, etc.). Nach dieser Weiterbildung kannst du klassische VINYASA Yogastunden für Einsteiger unterrichten und sequenzieren. Du erhältst praktische Tipps für deine eigene Praxis zu Hause und wie du die, für VINYASA Yoga typischen, Flows für Einsteiger und Mittelstufe kreierst. Du solltest vor diesem Training VINYASA Yoga über mehrere Monate regelmässig praktiziert haben.

### ANMERKUNG

Diese Fortbildung ersetzt NICHT unsere 200h Yogalehrerausbildung sondern bietet Quereinsteigern die Möglichkeit, tief in die Thematik des Vinyasa Yogas einzutauchen. Um Vinyasa Yoga Stunden sicher zu unterrichten, ist die eigene intensive Praxis unumgänglich. Wenn du nach diesem 25h Teachertraining noch tiefer ins VINYASA eintauchen möchtest, bieten sich unsere 300h+ Vinyasa Yoga Teacher Trainings an.

## AUSBILDUNGSINHALTE

---

- Theorie und Praxis: Einführung in den „Roten Faden“ des VINYASA Yoga
- Das System VINYASA Yoga
- Masterclasses, intensives Praxistraining
- Die Geschichte des VINYASA Power Yoga
- VINYASA Krama: der Stundenaufbau von Basic- und Mittelstufen-Kursen
- Die Eckpfeiler des VINYASA Yoga: Drishtis, Bandhas und Ujjayi Atmung
- Praxistraining im Unterrichten von einfachen VINYASA Yoga Flows
- Basic Hands-on Adjustments für Asanas im Flow
- Assist, Ausrichtung und Korrektur
- Tipps für deine eigene VINYASA Yogapraxis (Homepractise)

## ZERTIFIZIERUNG

---

Nach erfolgreicher Teilnahme bekommst du ein Zertifikat von uns ausgehändigt. Die AYA Anerkennung bekommst du allerdings erst, wenn du unsere 200h Vinyasa Yogalehrer Ausbildung absolviert hast. Falls du daran interessiert bist, kannst du nach der Teilnahme an diesem 25h Teachertraining auch in unsere 200h Ausbildung quer einsteigen.

## VORAUSSETZUNG

---

Alle Yogalehrer/innen, die bereits eine 200h Ausbildung absolviert haben, können bei unserer 25h Ausbildung teilnehmen. Von Vorteil ist eine Vinyasa Yoga basierte 200h Ausbildung, dies ist aber kein Muss – es sollte aber Praxiserfahrung im Vinyasa Stil vorhanden sein.

## TERMINE

---

**24. – 26. März 2023**

Freitag, 24.3.2023	11.00 – 18.00h, zzgl. 1h Self-Studying
Samstag, 25.3.2023	10.00 – 17.00h, zzgl. 1h Self-Studying
Sonntag, 26.3.2023	10.00 – 17.00h

## PREIS

---

CHF 690.-

Inkl. Skript mit Video-Material

## REFERENTIN

---

**Beatrice Peter**, dipl. Yogalehrerin,  
Master Referentin der Vinyasa Yoga Akademie

Weitere Infos zum VINYASA Yoga Team unter:  
[www.vinyasa-yoga.de](http://www.vinyasa-yoga.de)



## AUSBILDUNGORT

---

beayogi Yoga Studio

Haldenstrasse 5, Eingang H14

6340 Baar (bei Zug)

## KONTAKT & ANMELDUNG

---

beayogi

Beatrice Peter

Haldenstrasse 5

CH-6340 Baar

Telefon: +41 79 200 22 85

E-Mail: [info@beayogi.ch](mailto:info@beayogi.ch)

[www.beayogi.ch](http://www.beayogi.ch)

[www.vinyasa-yoga.de](http://www.vinyasa-yoga.de)

