

### Ausbildung zur Yogalehrerin/zum Yogalehrer BDY/EYU und Yogalehrer/in Basic BDY

Lebendig - praxisintensiv - umfassend

PŪRṆA Yogaschule

Büroadresse  
Agathe Bretschneider  
Albrecht-Dürer-Str. 2 a  
82140 Olching



Tel. 08142-164 75  
yoga@purna-yogaschule.de  
www.purna-yogaschule.de

#### Besondere Ausbildungsorte nahe München

YOVEDA Yoga & Seminarzentrum  
86938 Schondorf am Ammersee

Bildungshaus St. Martin Bernried  
82347 Bernried am Starnberger See

Meditations- und Seminarhaus Domicilium  
83629 Weyarn

**BDY.**  
anerkannte Ausbildung



Liebe Interessentinnen und Interessenten,

Es freut mich sehr, dass Sie sich für unsere Yogalehr-Ausbildung mit Schwerpunkt Yoga der Energie interessieren. Die Mappe gibt Ihnen einen Überblick über Struktur und Themen der berufsbegleitenden Ausbildung.

## **Ausbildungslehrgang zur Yogalehrerin BDY/EYU ab 24. - 26. Mai 2019**

**Folgende Ausbildungskurse sind möglich**

- **Yogalehrer / Yogalehrerin Basic BDY nach 2,5 Jahren**
- **Yogalehrer / Yogalehrerin BDY/EYU nach 4 Jahren**
- **Aufbaustudium Yogalehrer / Yogalehrerin BDY/EYU**

**Die Ausbildung hat zwei Hauptziele**

- Der eigene Übungsweg wird umfassend gefördert und vertieft.
- Kompetent, umfassend und lebendig auf den Beruf YogalehrerIn auszubilden.

Die berufsbegleitenden Ausbildungsseminare in der PURNA Yogaschule finden verteilt auf ca. 8 Wochenenden und ein Intensivseminar von 5 Tage pro Jahr statt.

In einer Ausbildungsgruppe mit mindestens 8, maximal 20 TeilnehmerInnen und Teilnehmern lernen Sie in guter Atmosphäre und im lebendigen Austausch miteinander.

**Wie lernen Sie mich und Yoga der Energie kennen?**

- Informationsgespräch nach Terminvereinbarung
- Informationsabend mit Schnupperstunde am 11.04.2019
- Wochenendseminar zum Kennenlernen „Der Freude auf der Spur“ am 26. – 28. April 2019 in Weyarn.

Unsere Lehrtradition ist der „**Yoga der Energie**“, eine Methode des Hatha-Yoga, mit Anpassung an den westlichen Menschen. Die Ausbildung biete ich zusammen mit einem sehr kompetenten Dozententeam an. Neben der fachlichen Qualität legen wir großen Wert auf eine persönliche Begleitung, die das Individuelle eines jeden Menschen achtet und unterstützt.

**Die PŪRṆA Yogaschule**

„**pūrṇa**“ heißt **Fülle** – Es meint den Zustand des Yoga, dort wo innerlich nichts fehlt.

Für mich bedeutet dies eine lebendige klare und bodenständige Ausbildung in Yoga. Sie soll neue Sichtweisen aufzeigen und zur Freiheit führen. Diese wirkt sich in innerem Reichtum und Glück aus. Jeder Mensch kann dies erfahren.

Diesen Weg zu weisen, sowie gut auf die Anforderungen des Berufes YogalehrerIn vorzubereiten ist meine Motivation und Begeisterung.

Nun wünsche ich Ihnen eine gute Lektüre. Ich freue mich über ein Gespräch zum Kennenlernen.

*Agathe Bretschneider*



## Die inhaltlichen Schwerpunkte unserer Yogalehrer-Ausbildung

- **Die Techniken des Hatha-Yoga** werden auf der Grundlage der Basistexte des Hatha-Yoga und der Yoga Sutra von Patanjali für den westlichen Menschen zugänglich und gleichzeitig präzise erarbeitet.
- **Immer gibt es verschiedene Entwicklungsgrade** zur persönlichen Anpassung und ein schrittweises Fortschreiten in den Techniken. Das Motto ist: Was ist jetzt für mich richtig ohne kurz- oder langfristig zu schaden? Was sind die nächsten Schritte?
- **Verschiedene Entspannungstechniken.** Dabei wird die Tiefenentspannung „prana vidya“ (SVYASA Yogauniversität Bangalore und Yogalehrer Sukumar Shetty) von uns besonders geschätzt.
- **Die medizinischen Grundlagen für Yoga** werden praktisch vermittelt. Die Studierenden lernen sich selbst besser kennen und sie werden fit für den sicheren Umgang mit unterschiedlichen Voraussetzungen der späteren Kursteilnehmer. Das Erkennen und Wissen um Anforderungen, Risiken und Anpassungsmöglichkeiten der Übungen ist wesentlich.
- **Die Philosophie des Yoga ist** erklärender und unterstützender Hintergrund. Sie wird lebenspraktisch vermittelt und führt in die Spiritualität des Yoga ein: Das Potenzial glücklich zu sein als tiefstem Grund im Menschen.

## Was uns noch besonders wichtig ist

- **Interesse an einer persönlichen Yogapraxis und ein sich Einlassen auf Yoga der Energie.** Nur was wir erleben und auch selbst tun, berührt uns und kann eine gewünschte Veränderung einleiten.
- **Behutsames Erlernen der Atem- und Achtsamkeitsmethoden** zur Beruhigung des gestressten oder umherschweifenden Geistes.
- Alle Dozenten der PURNA YOGASCHULE verpflichten sich, in jeder Hinsicht gemäß den **berufsethischen Richtlinien** des Berufsverbandes der Yogalehrenden in Deutschland e.V. (BDY) zu handeln.

## Didaktische Lernziele

- Befähigung zum selbständigen und kreativen Erstellen von Yogastunden für eine Zielgruppe von Teilnehmenden, in denen schrittweise auf ein Lernziel hingeführt wird.
- Kommunikationsfähigkeiten sowie präzise Ansagen der Übungen.
- Erkennen der Grenzen der Zuständigkeit als Yogalehrende/r



## Was bedeutet „Yoga der Energie“?

Yoga der Energie ist eine Schule des Hatha-Yoga. Unser Verständnis des Yoga mit ausdrücklicher Rücksichtnahme auf die Individualität eines jeden Menschen wurde von Roger Clerc, dem Begründer des Yoga der Energie, formuliert und von Boris Tatzky weiter entwickelt.

Auch die Einflüsse aus der Schule von Krishnamacharya und T.K.V. Desikachar / Chennai, Indien, lassen uns dieses Prinzip der Achtsamkeit bis heute vertiefen.

Ferner fördert Yoga der Energie alle Ausdrucksmöglichkeiten des Menschen und lehrt deshalb die verschiedenen Techniken:

Im Yoga der Energie werden Bewegungsfolgen, Flows und Körperhaltungen mit Achtsamkeit auf einen fließenden Atem geübt. Atemlenkungen fördern die Verinnerlichung und den Ausgleich unserer Energien. Tönen, Mantra, und klassisches prāṇāyāma, Entspannungstechniken und die Meditation gehören dazu. Dies weckt unser Bewusstsein und ist Quelle innerer Freude. Medizinische Grundlagen ermöglichen ein gutes Unterrichten, die Yogaschriften bereichern die Yogapraxis und fördern unsere Entwicklung hin zu Eigenverantwortung und Leichtigkeit im Leben.

Ziel ist es, die physischen, emotionalen und mentalen Spannungen zu verringern und dadurch das Wohlbefinden zu vergrößern. Als Folge ergibt sich eine größere Offenheit und Kommunikationsfähigkeit gegenüber den Mitmenschen.

**„Es liegen Welten zwischen einer mechanisch ausgeführten Bewegung und derselben Bewegung, die vollkommen bewusst geworden ist.“**

*Roger Clerc, Gründer des Yoga der Energie*



## Inhalte der Ausbildung

Grundlage der Ausbildung sind die BDY-Rahmenrichtlinien "Yogalehrerin/Yogalehrer BDY/EYU" und der "Europäischen Yoga-Union" (EYU). Diese Ausbildungsstandards erfüllen die Anforderungen des "Leitfadens Prävention", Grundvoraussetzung für eine Zertifizierung der späteren Kurse als Präventionskurs bei der "Zentralen Prüfstelle Prävention" (ZPP). Die **PURNA YOGASCHULE** unter Leitung von Agathe Bretschneider ist von diesen beiden Verbänden anerkannt.

### Die Inhalte für die gesamte 4-jährige Ausbildung

#### **Hatha-Yoga, erweitert durch Wahlthemen**

Entspannung, Körperwahrnehmung, Körperübungen, āsana, karana / vinyāsa, kriyā, achtsamer freier Atem, prānāyāma, cakra, bandha, mudrā, Techniken und Flows, auch speziell des Yoga der Energie, Anpassung an den Übenden, Konzentrationstechniken und Atemlenkungen.

#### **Meditation**

Konzentration, Yoga-Meditation nach klassischen Yogatexten. Einführung in verschiedene, auch westliche Meditationsweisen

#### **Grundlagen Medizin und Psychologie**

Bewegungsapparat, Atmung, Herz-Kreislauf-System, innere Organe Nervensystem und Endokrinum, Burnout. Umgang mit körperlichen Vorbelastungen. Kompetenzen in Selbst- und Fremdwahrnehmung, Kommunikation

#### **Pädagogik, Didaktik und Methodik**

Didaktik und Methodik des Yoga-Unterrichts, Planung und Analyse von Stunden und Kursen. Stimmführung, Sprache, Kursbeobachtung, Korrekturmethode. Teilnehmerorientiertes Unterrichten, Umgang mit Gruppen. Anpassung des Unterrichts an spezifische Gruppen (z.B. Schwangerschaft). Spezifische Aspekte des Yoga der Energie im Unterricht. Vermittlung von Yoga-Philosophie im Unterricht.

#### **Unterrichtspraktikum**

Das Unterrichtspraktikum ist eine praktische Umsetzung und Erfahrung anhand eigener Lehrproben, die innerhalb der Lerngruppe unter Leitung eines Moderators /Moderatorin besprochen werden.

Es umfasst 8 selbst gehaltene Vorstellstunden und die Teilnahme an 32 Vorstellstunden und Besprechungen durch die Studierenden.

Zwei der selbst gehaltenen Vorstellstunden werden außerhalb der eigenen Ausbildungsschule bei einer/einem speziell vom BDY ausgebildeten Moderatorin bzw. Moderator oder an einer anderen BDY-Ausbildungsschule abgelegt werden.

Dies ergibt 6 interne aktive Vorstellstunden und 2 externe aktive Vorstellstunden (= 16 UE)

Teilnahme an anderen Vorstellstunden incl. Moderation (= 64 UE). Gesamt 80 UE

#### **Yoga-Philosophie**

- Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga
- Yoga in Bezug zur westlichen Ethik und Philosophie

#### **Berufsorientierung**

Berufsbild, Berufsfelder, Existenzgründung, Finanzplanung, Marketing



## Ausbildungslehrgang Yogalehrer /Yogalehrerin Basic BDY

### 2,5 Jahre und 500 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten (UE)

Dieser Titel erfüllt die Anforderungen des "Leitfadens Prävention" und ermöglicht die Zertifizierung durch die Krankenkassen. Eine weitere Voraussetzung zur Anerkennung sind 200 Stunden nachgewiesener selbst gehaltener Unterricht in eigenen Yogakursen nach erfolgreichem Abschluss zum Yogalehrenden Basic BDY.

### Die Struktur

Die Ausbildung findet statt in

- Wochenendseminaren
- Intensivseminaren
- Regionalen Arbeitsgruppen

### Der Umfang

- Die Ausbildung erstreckt sich über 2,5 Jahre und 500 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten (UE).
- Pro Jahr werden 8 Wochenendseminare von Freitag 16 Uhr bis Sonntag 12.00 Uhr
- eine Intensivwoche (4-5 Tage) angeboten.
- Zwischen den Ausbildungswochenenden treffen sich die Studierenden in Regionalgruppen. Hier werden Ausbildungsseminare nachbereitet (2x jährlich).

### Die Inhalte mit Fächeraufteilung

Die 500 Unterrichtseinheiten (UE) gliedern sich in theoretisch-fachliche und praktische Fächer auf:

Yogapraxis	180 UE
• Körper – und Atemübungen des Hatha-Yoga	150 UE
• Meditation	30 UE
Medizinische Grundlagen des Yoga	70 UE
Yoga-Philosophie	80 UE
Pädagogik, Didaktik, Methodik	60 UE
Yoga und Psychologie	20 UE
Berufskunde	10 UE
Unterrichtspraktikum	50 UE
Wahlthemen	30 UE
<b>Insgesamt:</b>	<b>500 UE</b>

### Die Ziele

- Über 2,5 Jahre den eigenen Yogaweg zu fördern und zu vertiefen
- Die Kompetenz und die didaktischen Fähigkeiten für einen verantwortungsvollen Yogaunterricht zu erwerben
- Dadurch die Qualifikation zu erwerben, um die Prüfung zum Yogalehrer /Yogalehrerin Basic BDY absolvieren zu können

### Die Prüfung

besteht aus

- Einer schriftlichen Prüfungsarbeit (Hausarbeit)
- Einer Lehrprobe mit moderierter Besprechung



Nach der Ausbildung zum/zur „Yogalehrer /Yogalehrerin Basic BDY“ ist es möglich, die Ausbildung im Aufbaustudium fortzusetzen, um den Abschluss "Yogalehrerin/Yogalehrer BDY/EYU" zu erwerben.

## Ausbildungslehrgang Yogalehrerin/Yogalehrer BDY/EYU

**4 Jahre und 800 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten (UE)**

### Die Struktur

Die Ausbildung findet statt in

- Wochenendseminaren
- Intensivseminaren
- Regionalen Kleingruppen

### Der Umfang

**Nach der Grundausbildung von 2,5 Jahren folgen weitere 1,5 Jahre mit 300 UE, so dass die Gesamtausbildung 800 UE umfasst.**

### Die Inhalte der 800 UE mit Fächeraufteilung

Yogapraxis	250 UE
• Körper – und Atemübungen des Hatha-Yoga	200 UE
• Meditation	50 UE
Medizinische Grundlagen des Yoga	100 UE
Yoga-Philosophie	170 UE
Pädagogik, Didaktik, Methodik	80 UE
Yoga und Psychologie	50 UE
Berufskunde	20 UE
Unterrichtspraktikum	80 UE
Wahlthemen	50 UE
<b>Insgesamt:</b>	<b>800 UE</b>

### Die Ziele

Diese Ausbildung ermöglicht es

- Über 4 Jahre den eigenen Yogaweg zu fördern und zu vertiefen.  
Der Ausbildungszeitraum von 4 Jahren ermöglicht einen tieferen persönlichen Entwicklungsprozess durch die intensive und verfeinerte Yogapraxis sowie der Vertiefung der Philosophie und ihrer Integration in das Leben.
- Die Kompetenz und die didaktischen Fähigkeiten zu erwerben, um einen qualitativ hochwertigen Yogaunterricht erteilen zu können.
- Yoga als Lebensweg für sich zu erkennen und als solchen auch vermitteln zu können.
- Dadurch die Qualifikation zu erwerben, um die Prüfung zum/zur "Yogalehrerin/Yogalehrer BDY/EYU" erfolgreich absolvieren zu können.

### Der Abschluss der Ausbildung

Die Abschlussprüfung wird durch den BDY durchgeführt. Sie findet in der Ausbildungsschule statt. Die Prüfungskommission besteht aus der Ausbildungsleitung, einer weiteren PrüferIn sowie einer BDY-Prüferin.



Die Prüfung besteht aus

- Einer schriftlichen Prüfungsarbeit (Hausarbeit)
- Einer Lehrprobe
- Einem Prüfungsgespräch

Die gesamte Ausbildungs- und Prüfungsordnung wird mit Beginn der Ausbildung ausgehändigt. Siehe auch [www.yoga.de](http://www.yoga.de).

### **Einzelintegration**

Haben Sie bereits eine abgeschlossene Yogalehrausbildung von mindestens 2 Jahren?

Der Erwerb des Titels "YogalehrerIn Basic BDY" ist grundsätzlich an das Absolvieren der gesamten Ausbildung gekoppelt.

Der Erwerb des Titels "YogalehrerIn BDY/EYU" ist ebenfalls grundsätzlich an das Absolvieren der gesamten Ausbildung gekoppelt. Für Yogalehrende, die bereits an einer anderen Ausbildungsschule eine Ausbildung gemacht haben (mind. 2 Jahre), gibt es jedoch die Möglichkeit, durch eine Einzelintegration in eine laufende Yoga-Lehrausbildung einzusteigen. Die Entscheidung hierüber trifft die jeweilige Ausbildungsschule.

Voraussetzung ist ein persönliches Gespräch und die Vorlage Ihrer detaillierten Unterlagen Ihrer bisherigen Ausbildung. Bei einer Einzelintegration kann auf Wunsch ein Teil Ihrer besuchten Unterrichtsstunden (maximal 50%) auf unsere Ausbildung angerechnet werden.

### **Aufbaustudium**

Sollten Sie bereits den Abschluss YogalehrerIn BASIC BDY vorweisen, können Sie unmittelbar ins Aufbaustudium eintreten.

### **Persönliche Fortbildung (offenes Yogastudium)**

Als Übende/r mit mehrjähriger Yogaerfahrung oder als Yogalehrende können Sie die Ausbildungsseminare auch zur Erweiterung Ihrer Erfahrungen und zum persönlichen Studium des Yoga besuchen. Sie sind befreit von Vorstellstunden und legen keine Prüfung ab. Möglich ist auch die individuelle Wahl von Seminaren.

### **Was ist noch wichtig?**

- Die Ausbildungsinhalte und Seminare bauen systematisch aufeinander auf.
- Der genaue Zeitplan des jeweiligen Ausbildungsjahres wird rechtzeitig bekannt gegeben.
- Zur Ausbildung gehören auch persönliche Einzelstunden. Hier wird ein individuelles Übungsprogramm für eine TeilnehmerIn erarbeitet. Diese können auch in einer Kleingruppe während des Seminars oder zu einem separat vereinbarten Termin stattfinden.
- Zusätzliche Einzelstunden können gebucht werden (EUR 50,-- /60 Minuten)
- Die vorgegebenen Ausbildungsseminare müssen vollständig besucht werden.

### **Nachholmöglichkeiten eines verpassten Seminars:**

- Versäumte Inhalte können durch Skripte und Mitschriften zu den Seminaren, Wiederholungen und Teamarbeit erarbeitet werden.





- Je nach Thema kann der verpasste Unterricht innerhalb des Seminarangebotes der **PURNA YOGASCHULE** nachgeholt werden.
- Bei Spezialthemen bietet sich unter Umständen eine kleine Hausarbeit an.
- Es besteht immer die Möglichkeit, ein spezifisches Thema an einem anderen Seminartermin des Dozenten oder in einer anderen BDY-Schule nachzuholen.  
Der/die Ausbildungsnehmer/In trägt die dabei anfallenden Kosten.
- Es besteht eine Kulanz von einem Wochenendseminar (entsprechend 20 UE) pro Jahr.

## Die Kosten der Ausbildung

### Yogalehrer /Yogalehrerin Basic BDY 2,5 Jahre (500 UE)

einmalig	EUR 500,--
30 Monatsraten à	EUR 170,--
Gesamtbetrag	EUR 5.600,--
Plus Prüfungsgebühr	

- 100,- Euro, wenn die Ausbildung fortgesetzt wird.
- 240,- Euro, wenn mit dieser Prüfung die Ausbildung beendet wird.

### Yogalehrer /Yogalehrerin BDY/EYU (4 Jahre, 800 UE)

einmalig	EUR 500,--
48 Monatsraten à	EUR 170,--
Gesamtbetrag	<b>EUR 8.660,--</b>
Plus Prüfungsgebühr	

- 540,- Euro, wenn keine Prüfung nach 2,5 Jahren absolviert wurde.
- 440,- Euro, wenn bereits die Prüfung zum Yogalehrerin Basic BDY in der PURNA Yogaschule absolviert wurde.

#### Die Kosten beinhalten

alle Seminargebühren, 6 interne Lehrproben, die während der Ausbildung ausgegebenen Skripte, Begleitung und eventuelle Einzelgespräche mit dem/der Ausbildungsnehmer/-in und Korrekturen von kleineren Hausaufgaben, die professionelle simultane Übersetzung von Dozenten, z.B. Boris Tatzky.

Nicht enthalten sind Kosten, die nicht an die Ausbildungsschule zu entrichten sind wie Fahrtkosten, Unterkunft, Verpflegung, Literatur sowie Gebühren für die externen Vorstellstunden und die Mitgliedschaft im BDY ab dem 3. Ausbildungsjahr.

#### Unterkunft und Verpflegung

Im Seminarraum Yoveda in Schorndorf kann gegen eine geringe Gebühr auch im Seminarraum übernachtet werden. Günstige Pensionen im Ort und Umkreis.

Für die Intensivseminare wird zusätzlich für Übernachtung und Verpflegung ein Betrag von ca. 35,- bis 80,- Euro pro Tag anfallen.

**Einzelstunden / Personal Training:** außerhalb des Seminarprogramms :EUR 50,- (60 Min.).



## Mitgliedschaft im BDY

Für die Erlangung des Titels "Yogalehrerin BDY/EYU" bzw. "Yogalehrer BDY/EYU" ist es erforderlich, mit Beginn des zweiten Ausbildungsjahres ordentliches Mitglied im BDY zu werden. Die Mitgliedschaft im zweiten Ausbildungsjahr ist beitragsfrei. Für das dritte und vierte Ausbildungsjahr wird ein Mitgliedsbeitrag in Höhe von 50 Prozent (derzeit EUR 92,--) des regulären Mitgliedsbeitrags erhoben. Den Auszubildenden stehen damit schon während der Ausbildung das Netzwerk und die Serviceleistungen des BDY zur Verfügung. Siehe [www.yoga.de](http://www.yoga.de).

Sowohl die BDY-Ausbildungsschulen als auch der BDY verpflichten sich zur Beachtung der datenschutzrechtlichen Bestimmungen.



## Ihre Bewerbung – Voraussetzungen für die Ausbildung

- Ein Mindestalter von 25 Jahren
- Mindestens 3 Jahre eigene Yoga-Praxis
- Abgeschlossene Berufsausbildung / Studium
- Engagement und Begeisterung für die Yoga-Praxis
- Ein offener, neugieriger Geist ist uns wichtiger als fachliches Vorwissen!
- Besuch des Informationsworkshop (kostenlos) oder eines Probeseminars (EUR 170,-- zzgl Üb./Verpflegung, der Betrag wird bei Anmeldung zur Ausbildung angerechnet).
- Alternativ ein persönliches, kostenfreies Gespräch

## Ihr Weg zur Ausbildung

- Formular zur Anmeldung eines Probetermins bitte herunterladen und ausgefüllt online absenden oder per Post schicken.
- Formular zur Anmeldung am Ausbildungslehrgang ausfüllen und absenden
- Sie erhalten eine schriftliche Bestätigung per E-Mail und weitere Informationen
- Nach der Teilnahme an Informationsworkshop, Probeseminar oder einem persönlichem Gespräch kann der Ausbildungsvertrag abgeschlossen werden.
- Anmeldefrist: bis 03. Mai 2019
- Sollte die Anmeldezahl von mindestens 8 TeilnehmerInnen bis dahin nicht erreicht sein, behält sich die Schulleitung vor, die Ausbildung abzusagen.
- Ist der Ausbildungskurs sicher, ist ein Vertragsabschluss auch nach dem 03. Mai 2019 noch möglich.

**Sollten Sie Fragen zur Ausbildung an der PURNA Yogaschule haben, können Sie jederzeit mit uns Kontakt aufnehmen. Kontakt Agathe Bretschneider, Email: [yoga@purna-yogaschule.de](mailto:yoga@purna-yogaschule.de), Telefon 08142-16475.**

## Informationszeit nach Ausbildungsbeginn

Sollten Sie vor Beginn des Ausbildungslehrgangs an keinem Probeseminar teilgenommen haben, gilt das erste Ausbildungsseminar als Informationszeit. Sowohl der /die Ausbildungsnehmer/-in als auch die Ausbildungsleitung können bis 8 Tage nach diesem Seminar den Vertrag schriftlich, ohne Angabe von Gründen, mit sofortiger Wirkung kündigen. Zahlbar ist in diesem Fall das besuchte Ausbildungsseminar.

## Kündigung

Zum Ende eines jeden Ausbildungsjahres sowie nach Abschluss Yogalehrer /Yogalehrerin Basic BDY ist es möglich, den Vertrag ordentlich zu kündigen.



## Dozenten, Dozentinnen und Team

Kompetente Dozenten mit langjähriger Erfahrung und der spürbaren Begeisterung, den wunderbaren Weg des Yoga weiterzugeben, begleiten Ihre Ausbildung.

### Agathe Bretschneider



Ausbildungsleitung seit 2005, Yogalehrerin BDY/EYU seit 1994, Moderatorin, staatlich gepr. Übersetzerin, langjährige Dolmetscherin für Französisch und Englisch im Fachbereich Yoga.

Ausbildung Yoga der Energie bei Boris Tatzky

Studium bei Sukumar Shetty, Eberhard Bähr (Vedanta, Yogatherapie)

Weiterbildungen und Einzelunterricht bei Peter Hersnack (art-of-yoga.fr)  
Fächer: Hatha-Yoga, Pranayama, Meditation, Unterrichtsgestaltung, Entspannungstechniken, Yoga- Philosophie, Moderation. Fachliche und persönliche Studienbegleitung der Teilnehmer und Teilnehmerinnen.

### Simone Bretschneider



Osteopathin, Heilpraktikerin, Yogalehrerin

Weiterbildung Release & Regulation–ein somato-psychischer Behandlungsansatz: Release und Regulation für das vegetative Nervensystem bei Dr. Ellen Fischer

Fach: Medizinische Grundlagen

### Elgin Heuerding



Yogalehrerin BDY / EYU, ausgebildet in der PURNA YOGASCHULE, Dozentin für Hatha Yoga, Stimme und Sprache, Moderation von Vorstellstunden

### Eberhard Bähr



Yoga- und Vedantalehrer und Yogatherapeut. Schüler von Sukumar Shetty

Nach der Yogalehr-Ausbildung in der SVYASA Yoga University Bangalore (Indien) studierte er 10 Jahre lang die Yogatexte mit seinem Lehrer.

Seit vielen Jahren vermittelt er dieses Wissen lebenspraktisch, unter anderem in zahlreichen Schulen. [www.upasana.de](http://www.upasana.de)



**Susanne Denzer**

Yogalehrerin BDY / EYU, ausgebildet in der PURNA YOGASCHULE  
Moderation von Vorstellstunden

**Astrid Klinski**



Yogalehrerin BDY/EYU, Dozentin an vom BDY anerkannten  
Yogaschulen, Moderatorin

Fach: Yoga Philosophie : Yoga Sutra des Patanjali, Bhagavad Gita

**Boris Tatzky**



Boris Tatzky, Südfrankreich, Schüler von Roger Clerc, dem Begründer des  
Yoga der Energie, Yogalehrer seit 1960, vertiefte sein Wissen bei T.K.V.  
Desikachar, Indien. Ausbilder in verschiedenen Schulen in Frankreich,  
Italien und Deutschland. Unterricht in französischer Sprache, simultane  
Übersetzung: Agathe Bretschneider. [www.conservatoireduyoga.net](http://www.conservatoireduyoga.net)  
Fächer: Hatha-Yoga und Meditation, Yogaphilosophie mit Schwerpunkt  
Studium der Hatha-Yoga-Pradipika

**Dr. Eckard Wolz-Gottwald**



lehrt Philosophie als Bewusstseinschulung und ist Co-Leiter der  
Ausbildungsschule 'Yoga-Akademie Münster-Osnabrück' (YAMO).  
Sein spezielles Interesse gilt der spirituellen Philosophie in Ost und  
West. Mehrere Bücherveröffentlichungen für die Yogalehrenden.

Fach: Yoga-Philosophie, Westliche Philosophie

**ModeratorInnen für Vorstellstunden:**

Susanne Denzer, Stephanie Baumann-Fleck, Brigitte Müller, Robert Altnöder u.a., YogalehrerInnen BDY /  
EYU.

Die Liste der Dozenten kann sich verändern oder ergänzen.



## Orte der Ausbildung

Alle Seminarzentren befinden sich im Großraum München.

Neben einer stimmigen Atmosphäre bieten sie ein günstiges Preis-Leistungsverhältnis und sind auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbar.

### Seminarzentrum Yoveda, Schondorf am Ammersee

#### [Yoveda Yoga & Seminarzentrum in Schondorf am Ammersee](#)

20 Autominuten westlich von München. 3 Minuten von der A 96 München - Lindau.  
Zugbahnhof 5 Fußminuten vom Seminarhaus entfernt.



Übernachtung im Seminarraum möglich oder in den umliegenden günstigen Pensionen, bitte diese selbst buchen.

Die Wochenend-Seminare finden hier statt. Ausnahmen bei Terminproblemen, oder wenn andere Raumgegebenheiten wichtig sind.



PURNA Yogaschule Olching, YogaRaum unterm Dach: für Lehrproben und Arbeit in Kleingruppen  
Benachbarte Yogaräume in 82223 Eichenau und 82194 Gröbenzell bei Terminengpässen.  
Alle mit S-Bahn-Anschluss.



### **Seminar- und Meditationszentrum Domicilium, Weyarn**

[www.meditationshaus-domicilium.de](http://www.meditationshaus-domicilium.de)

20 Min östlich von München, für Intensivseminare und Retreats.

Übernachtung/ VP oder Tagespauschale wird von der Schulleitung nach Ihren Angaben als Kontingent verbindlich gebucht.



### **Bildungshaus St. Martin, Bernried am Starnberger See**

[www.bildungshaus-bernried.de](http://www.bildungshaus-bernried.de)

20 Min östlich von München gelegen, liegt das Bildungshaus mit seinem weitläufigen Garten direkt am See mit anschließendem Bernrieder Park. Die Wanderwege reichen kilometerweit am See entlang.

Übernachtung/ VP oder Tagespauschale wird von der Schulleitung als Kontingent verbindlich gebucht.

In allen Seminarhäusern können Sie sich als TeilnehmerIn während des Seminarwochenendes mit Abstand vom Alltag ganz auf die vermittelten Inhalte und Eindrücke einlassen.



Zentrum für Umwelt und Kultur im Kloster Benediktbeuern im Okt 2019 für das Seminar mit Boris Tatzky.  
Unterkunft bitte rechtzeitig selbst buchen!

83671 Benediktbeuern, <http://www.kloster-benediktbeuern.de/Kloster/Zu-Gast-im-Kloster>

Zentrum für Umwelt und Kultur: <https://www.zuk-bb.de/zuk/tagen-und-wohnen/unterkunft>

Weitere Bilder und Links zu den Seminarorten finden Sie unter

<https://www.purna-yogaschule.de/yogalehrer-ausbildung/seminarort.html>



## Termine und Themen 2019/2020

### 1. Ausbildungsjahr

- 26. - 28. April 2019** **Zum Kennenlernen, offenes Seminar „Der Freude auf der Spur“**
- 24. – 26. Mai 2019** **Was ist Hatha Yoga und Yoga der Energie?  
Aufrichtung, Vor- und Rückbeugen I**  
Detailliertes Erarbeiten und Symbolik von Asana: Die Rückbeuge: bhujangasana. Die Vorbeuge: Antarasana; Standhaltung: Held II  
Stundenaufbau I: Vorbereitung und Ausgleich einer Haltung.  
Dozentin: Agathe Bretschneider  
Seminarort: Schondorf, Seminarzentrum Yoveda
- 28. – 30. Juni 2019** **Sich durch asana besser kennenlernen: „Zuhören“  
Yogapraxis und Didaktik: Vor- und Rückbeugen II, Standhaltungen**  
Erarbeitung von verschiedenen Graden einer Haltung.  
Die Qualität des Atems. „Die 8 Bewegungen der Wirbelsäule“.  
Medizinische Grundlagen: Die Wirbelsäule  
Dozentin: Agathe Bretschneider  
Seminarort: Schondorf, Seminarzentrum Yoveda
- 19. – 21. Juli 2019** **Das eigene Potential entfalten  
Gleichgewichtshaltungen; Drehung, persönliche Anpassungen.**  
Stundenaufbau II, Medizinische Grundlagen: Muskeln  
Dozentinnen: Agathe Bretschneider, Simone Bretschneider  
Seminarort: Schondorf, Seminarzentrum Yoveda
- 04. – 06. Okt 2019** **Der Herz-Raum; Die Ursprünge des Yoga in den Texten**  
Gastreferent Boris Tatzky, Südfrankreich  
Simultanübersetzung: Agathe Bretschneider  
**Seminarort: 83671 Benediktbeuern, <http://www.kloster-benediktbeuern.de/Kloster/Zu-Gast-im-Kloster>. Bitte selbst rechtzeitig Zimmer buchen!**
- 27. Okt. – 01. Nov 2019** **Yoga Sutra des Patanjali I und Yogapraxis**  
Intensivseminar  
Medizinische Grundlagen: Anatomie  
Unterrichtsgestaltung III : Ansagen, Kommunikation, Feed-back  
Dozentin: Agathe Bretschneider und Kolleginnen  
**Seminarort: Bernried, Bildungshaus St. Martin**
- 06. – 08. Dez 2019** **Medizinische Grundlagen und Yogapraxis**  
Agathe Bretschneider, Simone Bretschneider  
Seminarort: Schondorf, Yoveda oder 82223 Eichenau
- 17. - 19. Jan 2020** **Vorstellungenseminar 1**  
Dozentinnen: Agathe Bretschneider und Kolleginnen  
Seminarort: Schondorf, Seminarzentrum Yoveda





07. – 09. Feb 2020

**Cakra: Bauch- und Kehlzentrum - Handlungskraft und klarer Geist**

Dozentin: Agathe Bretschneider

Seminarort: [Bernried, Bildungshaus St. Martin](#)

13. – 15. März 2020

**Einführung in die Upanischaden**

Gastdozent Dr. Eckart Wolz-Gottwald

Seminarort: Schondorf, Seminarzentrum Yoveda

## 2. Ausbildungsjahr

01. – 03. Mai 2020

*Fakultativ, [Seminarort: Bernried, Bildungshaus St. Martin](#)*

[20. – 24. Mai 2020](#)

Mi – So; Weyarn, Domicilium

26. – 28. Juni 2020

Gastdozent Eberhard Bähr; Schondorf, Yoveda

24. – 26. Juli 2020

Schondorf, Yoveda

02. – 04. Okt 2020

Freising

[30.10. – 04.11.2020](#)

*Intensivseminar: [Bernried, Bildungshaus St. Martin](#)*

04. – 06. Dezember 2020

05. – 06. Feb 2021

März 21

April 21

## 3. Ausbildungsjahr

Mai oder Juni

Juli

Sept

Nov 2021

**Prüfung zum Yogalehrer Basic BDY (fakultativ): 5. Vorstellstunde**

**Weitere Termine und Inhalte werden mit Ausbildungsbeginn bekannt gegeben.**





**Online-Anmeldeformular nutzen oder Anmeldeformular** per email mit eingescanntem Formular oder per Post senden.

**Hiermit melde ich mich verbindlich an für**

- Informations-Termin am .....
  
- Ort .....
  
- 1. Ausbildungsseminar am 24. - 26. Mai 2019  
Seminargebühr : EUR 170,--
  
- Zur Ausbildung zum/ zur Yogalehrenden

Vorname / Name .....

Adresse .....

Tel. ....

E-Mail .....

Die Bankverbindung wird mit der Anmeldebestätigung bekannt gegeben.

Hiermit bestätige ich, dass ich keine gesundheitlichen Beeinträchtigungen habe, die nicht mit dem Arzt abgeklärt sind. Ich nehme am obigen Seminar in eigener Verantwortung teil.

.....

Ort / Datum    Unterschrift



## Informationsabende

Zum Kennenlernen der Yogalehrer-Ausbildung BDY/EYU in der PURNA Yogaschule lade ich Sie ganz herzlich zu einem der folgenden Informationstermine ein.

### Jeweiliger Ablauf:

Sie erhalten Informationen zu den Grundlagen der Ausbildung der PURNA Yogaschule und lernen in einer angeleiteten Yogastunde Yoga der Energie kennen. Ferner gibt es eine kleine Einführung in die Yoga-Philosophie, die zeigen soll, warum wir Yoga üben. Austausch im anschließenden Gespräch. Alle Ihre Fragen sind sehr willkommen.

Die Teilnahme ist kostenfrei und verpflichtet Sie zu nichts. Ich bitte um rechtzeitige und verbindliche Anmeldung für die Planung.

Wählen Sie einen Termin aus und setzen Sie sich mit mir in Verbindung!

### **Nächste Informationsabende            11. April 2019, 18 – 20.30 Uhr**

Kennenlernen, Yogapraxis, Fragen und Gespräch.

### **Weitere Termine nach Anfrage**

**Ort: PURNA YOGASCHULE Olching**  
Albrecht-Dürer-Str. 2a, 82140 Olching

### **Abendkurs**

Es ist auch möglich, im wöchentlichen Abendkurs zu schnuppern:

Dienstag 18 und 19.45 Uhr.

Mittwoch 17.45 bzw. um 19.45 Uhr.

Ein Gespräch ist nach Vereinbarung möglich, auch vor den 18 Uhr-Kursen.

Anmeldung: [yoga@purna-yogaschule.de](mailto:yoga@purna-yogaschule.de)