

Ausbildungsstil:

Hatha Yoga mit Vinyasa Flow

Dauer der Ausbildung:

1 Jahr - 13 Wochenenden - 28 Tage - Arbeitnehmerfreundliche Ausbildungszeiten überwiegend am Wochenende und an Feiertagen.

Es werden nur max. 8 TN pro Ausbildung für eine intensive und persönliche Weiterentwicklung und Ausbildung zugelassen.

Start: Sa 13.Sep 2025 Ende: So 5.Juli 2026

1	Sa	13.Sep 2025	-	So	14.Sep 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
2	Fr	3.Okt 2025	-	So	5.Okt 2025	3 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
3	Sa	18.Okt 2025	-	So	19.Okt 2025	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
4	Sa	15.Nov 2025	-	So	16.Nov 2025	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
5	Sa	13.Dez 2025	-	So	14.Dez 2025	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
6	Sa	10.Jan 2026	-	So	11.Jan 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
7	Sa	7.Feb 2026	-	So	8.Feb 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
8	Sa	7.März 2026	-	So	8.März 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
9	Fr	27.März 2026	-	So	29.März 2026	3 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
10	Sa	25.April 2026	-	So	26.April 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
11	Sa	23.Mai 2026	-	So	24.Mai 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
12	Sa	13.Juni 2026	-	So	14.Juni 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr
13	Sa	4.Juli 2026	-	So	5.Juli 2026	2 Tage	9.00 - ca. 18.00 Uhr

(Änderungen vorbehalten! Stand 2024-12-26)

Kosten der 200h Yogalehrer Ausbildung 2025/2026:

Frühbucher 1:	Anmeldung & Bezahlung komplett bis 15.April 2025	2.950 €
Frühbucher 2:	Anmeldung & Bezahlung komplett bis 30.Juni 2025	3.100 €
Regulär:	Anmeldung & Bezahlung komplett ab 1.Juli 2025	3.300 €

(Ratenzahlung ist auf Anfrage und nach Absprache möglich!)

Beispiel eines Ausbildungstages:

9.00 - 9.30	Austausch von Erfahrungen / Erkenntnissen
9.30 - 11.30	Asana Praxis
11.30 - 12.15	Pranayama + Meditation (Praxis + Theorie)
12.15 - 13.15	Pause
13.15 - 14.45	Anatomie
14.45 - 17.00	Asana Technik, Alignment, Adjustments
17.00 - 17.45	Methodik + Unterrichten in Paaren/Gruppen
17.45 - 18.00	Abschluß Meditation



Anja Rolff • flow move . das Studio für Bewegung
 Wasserwerksweg 8 • 24222 Schwentinental / Kiel
 0431 - 78 58 452 • ausbildung@flow-move.de

Was zeichnet die Ausbildung im flow move aus?

- ☞ Alle Stunden finden im Präsenzunterricht statt!
- ☞ Eine persönliche Atmosphäre und Unterstützung durch eine Ausbildungslehrerin.
- ☞ Eine intensive Weiterentwicklung für jede/n Teilnehmer/in.
- ☞ Selbsterfahrung und Selbsterkenntnis: Ein intensives Erleben und Erspüren aller Techniken.
- ☞ Eine auf max. 8 Teilnehmer/innen beschränkte Ausbildungsgruppe in großzügigen Räumlichkeiten.
- ☞ Profitiere von über 30 Jahren Unterrichtserfahrung und ständig erweitertem Fachwissen.
- ☞ Eine intensive und gleichzeitig individuelle Yoga Praxis steht im Vordergrund.
- ☞ Ein ganzheitliches und persönliches Alignment (körperliche Ausrichtung).
- ☞ Wirklich das Unterrichten schon während der Ausbildung lernen.
- ☞ 11 Monate Zeit für ein intensives & tiefgreifendes Auseinandersetzen mit den Ausbildungsthemen.
- ☞ Während und nach der Ausbildung stehe ich bei Fragen für alle Teilnehmer/innen zur Verfügung.
- ☞ Die Ausbildung beinhaltet ca. 220 Ausbildungsstunden vor Ort und ca. 150 Stunden zu Hause.
- ☞ Das flow move ist eine durch die Yoga Alliance zertifizierte und registrierte Yoga Schule.
- ☞ Unter Umständen können für diese Ausbildung Zuschüsse beantragt werden.
- ☞ Laut Ministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur (SH) erbringt *flow move* . das Studio für Bewegung mit der 200h Yogalehrer Ausbildung Leistungen, die ordnungsgemäß auf einen Beruf vorbereiten. Damit ist die Ausbildung nach §4 Nr. 21 a) bb UStG von der Umsatzsteuer befreit.

Die 200h YA Ausbildung ist eine international anerkannte Basisausbildung, die die grundlegenden Standards für einen guten Yogaunterricht lehrt. Gleichzeitig ist sie für viele Weiterbildungen und Ausbildungen die Grundvoraussetzung, um an diesen teilnehmen zu können.

Bei allen Teilnehmern/innen wird ein echtes Interesse und Engagement für Yoga im Allgemeinen, für alle die Ausbildung betreffenden Themen und bei der „Arbeit an sich selbst“ vorausgesetzt. Als Ausbildungszeit sind nicht nur die Ausbildungstermine einzuplanen, sondern auch Zeit für Hausaufgaben, Buchbesprechungen, Nachbearbeitungen und die eigene Asanapraxis.

Die Ausbildung schließt mit einer theoretischen und einer praktischen Prüfung ab.

Wenn du die Ausbildung “nur” für dich selbst machen möchtest, um tiefer in die faszinierenden Yogathemen einzutauchen und nicht vor hast selbst als Lehrer/in zu arbeiten, dann musst du die Lehrproben u. Prüfungen nicht mitmachen. Am Ende der Ausbildung wird in dem Fall vom *flow move* eine Bestätigung der absolvierten Stunden ausgestellt, allerdings ohne die 200h Zertifizierung für die YA.

Da die Ausbildung im *flow move* von Anfang an das “Unterrichten lernen” in den Lehrplan einbindet, werden alle Teilnehmer/innen, quasi ganz unauffällig, in kleinen Schritten nach und nach immer mehr vom Yogaschüler auch zu einem Yogalehrer.