

Der Schwerpunkt liegt auf einem guten Mix aus dem Vertiefen der eigenen Yoga-Praxis, praxisbezogener Theorie und dem gemeinsamen Üben des Erlernten.

Die Ausbildung umfasst unter anderem folgende

Ausbildungsinhalte:

- Anatomie und Grundlagen der Physiologie
- Yoga-Philosophie und Yoga im Bereich der persönlichen Weiterentwicklung
- Pranayama (Atemübungen) und Meditationstechniken aus dem Raja-Yoga
- Bhakti-Yoga Elemente und Mantras
- Einsatz von Hilfsmitteln unter Berücksichtigung des individuellen Knochenbaus
- Sequencing, Methodik und Didaktik
- Assists und Hilfestellungen in der Asana-Praxis

Wissenswert:

Die Ausbildung ist vom "Deutschen Berufsverband der Yogalehrer & Ausbilder e.V." (DBYA) anerkannt und zertifiziert.



Du hast weitere Fragen?

Oder möchtest Dich einfach noch einmal telefonisch über die Inhalte austauschen und mich als deine Ausbilderin vorab auf diesem Weg kennen lernen?

Dann melde Dich sehr gerne direkt bei mir.



01575 - 171 98 12



nadine@yogafreude.com

Sichere dir deine Yoga-Matte und werde Teil der neuen Ausbildungsgruppe!



YogaFreude by
Nadine Johansson
Düsseldorfer Ring 9
63916 Amorbach
www.yogafreude.com

Ich freue mich auf Dich!

Ausbildung
yogalehrer*in

Starte im
Oktober
2025



Ausbildung Yogalehrer*in
200 Std. - DBYA zertifiziert



Nadine Johansson
LIFE COACHING • MEDITATION • AUSBILDUNG



➤ Du möchtest mehr über die Yoga-Philosophie, Yoga-Anatomie und weitere Hintergründe erfahren?

➤ Du möchtest selbst gerne als Yogalehrer*in Yoga-Klassen unterrichten und dein Wissen weitergeben?

➤ Du möchtest deine Asana- & Meditations-Praxis sowie Pranayama-Techniken vertiefen?

Dann folge deinem Herzen...
und werde Yogalehrer*in!

Du bist herzlich willkommen, ganz egal ob du später selbst als Yogalehrer*in arbeiten oder die Ausbildung "nur" für dich und deine persönliche Weiterentwicklung nutzen möchtest.

Um eine individuelle Betreuung zu ermöglichen, liegt die maximale Teilnehmerzahl bei 12 Personen.



ÜBER MICH

Vor mehr als 10 Jahren bin ich dem Ruf meines Herzens in die Selbständigkeit gefolgt. Seitdem arbeite ich hauptberuflich als Yogalehrerin & Ausbilderin und biete Life-Coachings an.

Ich liebe es auf der Yoga-Matte zu schwitzen, in Meditationen zu versinken und mich mit meiner persönlichen Weiterentwicklung zu beschäftigen. Yoga gibt mir dabei Kraft & Energie und lässt mich lächeln.

TEILNEHMERSTIMME

„..Nadine schafft es mit einer Leichtigkeit, großer Freude und viel Herzblut, Ihr Fachwissen kompetent an die Gruppe weiter zu geben und diese dadurch stets zu motivieren. Für mich ist diese Ausbildung ein wunderbarer Schatz mit vielen Möglichkeiten aber auch zur Selbstreflexion und den Blick auf das Wesentliche zu richten...“

Steffi B., Ausbildungsteilnehmerin 2024



Die Ausbildung umfasst 200 Std. und findet an 9 Wochenenden statt.

Die Ausbildungszeiten sind jeweils:

Freitag von 15 - 20.30 Uhr,

Samstag von 8.30 - 18.30 Uhr &

Sonntag von 8.30 - 16.30 Uhr.

Termine:

- 17. - 19. Oktober 2025
- 05. - 07. Dezember 2025
- 06. - 08. Februar 2026
- 17. - 19. April 2026
- 12. - 14. Juni 2026
- 24. - 26. Juli 2026
- 18. - 20. September 2026
- 13. - 15. November 2026
- 15. - 17. Januar 2027

Ausbildungsgebühr:

Dein Beitrag für die Ausbildung inkl. Handouts, Getränke & Obst/ Snacks beträgt :
2.890,- Euro

Veranstaltungsort:

Hebammerei "Ameli"
Breitendieler Str. 18 in 63897 Miltenberg
(Bei Bedarf empfehlen wir sehr gerne Übernachtungsmöglichkeiten in der Nähe.)

