



## **Yoga Lehrer/innen- Ausbildung Y4 - Abschnitt 4**

Der **Abschlusslehrgang** befähigt zur Leitung von Yoga-Kursen

### **Schwerpunkte dieses Abschnittes sind:**

- Bewegung, Haltung und Atmung aufeinander abstimmen
  - Geschichte und Philosophie des Yoga
  - Kriyas (Reinigungstechniken) und Bandas (Körperverschlüsse)
  - Ausbildungsabschluss: Besprechung der Abschlussarbeit, Kolloquium
  - Lehrproben: praktische Umsetzung des schriftl. Konzepts
  - Methodik und Didaktik: Erkennen und Steuern von Gruppenprozessen
  - Planung und Organisation von Yoga-Kursen
  - Yoga auf dem Stuhl
- 

### **Zielgruppe**

Teilnehmende der DRK-Yoga-Ausbildungslehrgänge: Abschnitte 1 – 3

---

### **Termin**

11.02.-15.02.2026 (Mittwoch - Sonntag)

Der Lehrgang ist in Hamburg (für hauptberuflich als Therapeuten im Gesundheitswesen, als Krankengymnasten, Altenpfleger und Heilpädagogen Tätige), Schleswig-Holstein, Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt.

---

### **Ort**

Hamburg

---

### **Dauer**

Ganztägig, Start: Mittwoch, 10.00 Uhr – Sonntag, 13.00 Uhr

Die Ausbildung findet in vier Abschnitten à 5 Tagen statt und umfasst mit der Fortbildung „Umgang mit anderen: Gelingende Kommunikation“ 176 Unterrichtsstunden.

---

### **Preis**

505,-€

---

## **Kursleitung**

Irene Butler, DRK-Bildungsreferentin Yoga

---

## **Weitere Informationen**

Swantje Fuchs / Birgit Rathje  
Tel.: 040-44 13 67