



# Yoga Now - Yogalehrer-Ausbildung

Die traditionsübergreifende Yogalehrer-Ausbildung mit Yoga Now e.V.

E-Mail: yla@yoga-now.eu  
HP: yogalehrerausbildung-hamburg.de

## Yogalehrer-Ausbildung, Stufe 1, 2022/2023

### Ausbildungswochenende 2022/2023

(Zeitlichen Betrachtung: Samstag, 09:00 - 19:00 Uhr und Sonntag, 05:00 - 18:00 Uhr)

Monat	AWE	Datum	Datum	Schwerpunkte
<b>2022</b>				
Januar	1	22.01	23.01	Ethische Grundregeln,
Februar	2	19.02	20.02	Was ist Yoga, der Ashtanga
März	3	19.03	20.03	Anatomie I, Philosophie
April	4	23.04	24.04	Anatomie I, Stimme,
Mai	5	21.05	22.05	Sivananda Yoga, Anatomie II
Juni	6	25.06	26.06	Kriyas, Pranayama, Jivamukti Yoga
Juli	7	23.07	24.07	Naad, Power Yoga
August	%	%	%	%
September	8	24.09	25.09	Ashtanga Vinyasa Yoga
Oktober	9	22.10	23.10	Iyengar-, Restorativer Yoga, Adjustments
November	10	19.11	20.11	Meditation, Vini-, Therapeutischer Yoga
<b>2023</b>				
Januar	11	21.01	22.01	Kundalini Yoga, Klassischer Yoga
Februar	12	25.02	26.02	Anatomie III, Moderne Yogastile
März	13	25.03	26.03	Anatomie IV, Anforderungen an die Prüfung
April	14	22.04	23.04	Wiederholung, Lehrvorführungen
Mai	15	06.05	07.05	Wiederholung, Lehrvorführungen
Juni	16	03.06	04.06	Prüfungen