



WAY



Europäische Akademie für **Yoga**
und ganzheitliche Gesundheit

**WAY-Zertifikat
2-Jahres-Ausbildung**

Yogalehrerin/Personaltrainerin 500h

Anja Wiegand

hat erfolgreich an dem Zertifikatslehrgang Yogalehrerin /
Personaltrainer 500h nach den Richtlinien der American Yoga
Alliance (AYA) teilgenommen.

Die Ausbildung bestand insgesamt aus 550 Unterrichtseinheiten á
45 Minuten, die sich aus Theorie und Praxis zusammensetzten,
sowie 200 Unterrichtseinheiten im Eigenstudium.

Die lehrgangsinterne schriftliche Prüfung, Lehrprobe und Ab-
schlussarbeit wurde mit Erfolg nachgewiesen. Die Ausbildung
fand vom 24.07.2017 bis 08.12.2019 statt.

Marion Neises, Geschäftsführung
E-RYT500

Mainz, den 08.12.2019



WAY

Europäische Akademie für Yoga und ganzheitliche Gesundheit · www.way-yoga.de



WAY

Europäische Akademie für **Yoga** und ganzheitliche Gesundheit

Die Ausbildungsinhalte und die absolvierten Unterrichtseinheiten der Module 1 bis 5 sowie Wochenenden gliedern sich in unserem Institut wie folgt:

180 UE	Yoga Praxis für Gesunde: Hatha Yoga nach Yesudian und Vinyasa Flow / Alignment / Asanakunde/ Adjustments /Assists
30 UE	Grundlagen der Gesundheitsförderung und Prävention Einführung Meditation / 8-facher Pfad Praxis + Didaktik / Chakren Meditation + Klangschalen
30 UE	Pädagogik / Psychologie
60 UE	Naturwissenschaftliche Grundlagen
60 UE	Einführung Yoga Personal Training Medizin
90 UE	Anatomie und Physiologie / Krankheitslehre: • Bewegungsapparat • Herz-Kreislauf-System • Atemsystem • Hormonsystem • Harnsystem • Lymphsystem • Immunsystem • Nervensystem
60 UE	Philosophie und Geschichte des Yoga • Yoga Sutra • Hatha Yoga Pradipika • Bhagavad Gita • Upanishaden
10 UE	Ethik für Yogalehrer
40 UE	Praktikum / Anleiten eigener Stunden
10 UE	Berufskunde / Selbstständigkeit als Yogalehrer Kommunikation für Yogalehrer
570 UE	Gesamtstudium
130 UE	Hausarbeiten



Die Vermittlung der im Leitfaden Prävention genannten fachwissenschaftlichen Kompetenzen, wie Medizin, Pädagogik, Psychologie, Bewegung, Ernährung, Stress, Sucht und Forschungsmethoden, erfolgt durch Fachpersonal, das über entsprechende Berufs- oder Studienabschlüsse verfügt. Wir sind Mitglied im folgenden Berufs- und Fachverband: American Yoga Alliance (AYA).