

Zeugnis

Barbara Völk

geboren am 04.04.1967

hat die 565 (fünfhundertfünfundsechzig)
Unterrichtseinheiten umfassende
zweijährige Ausbildung zur

**Yogalehrerin
für individuelles
Gesundheitsmanagement**

erfolgreich abgeschlossen.

München, 23.09.2021

YOGA INSTITUT
MÜNCHEN

Altheimer Eck 2 · 80331 München
Tel. 089 - 595 212 · www.yoga-institut.de



Monas Blitz & Alexander Katzauer
Yoga Institut München GbR
Ausbildungsleitung

DIE AUSBILDUNGSINHALTE

- Yogalehrausbildung am Yoga Institut München
 - Weiterführende Ausbildung zur Yogalehrerin für individuelles Gesundheitsmanagement
 - Asana Vertiefung: die Tradition von Krishnamacharya (20 UE)
 - Asana Vertiefung: Beweglichkeit und Kraft (20 UE)
 - Asana Vertiefung: Kraft und Stabilität (16 UE)
 - Pranayama Vertiefung: Das Herz des Yoga (16 UE)
 - Pranayama Vertiefung: Den Herzraum weiten (16 UE)
 - Die ganzheitliche Entwicklung im Yoga 1 und 2 (20 UE)
 - Vedische Rezitation: Mantra und Meditation (8 UE)
 - Yoga Sutra: Ideen aus dem Yoga Sutra - lebendig im Gruppenunterricht (10 UE)
 - Bhagavadgita: Sraddha (8 UE)
 - Yoga-Anatomie: Das vegetative Nervensystem (8 UE)
 - Unterrichtsgestaltung: Die Yogastunde (16 UE)
 - Meditation: Samyama (8 UE)
 - Yoga für Ältere (16 UE)
 - Yoga für Schwangere (20 UE)
 - Antarayas – Hindernisse auf dem Yogaweg (8 UE)
 - Kompetent im Gruppenunterricht (8 UE)
 - Yoga und Gefühle (8 UE)
 - Yoga Sutra 4. Kapitel – Was heißt Freiheit und wie ist der Weg dorthin (10 UE)
 - Samkhya – Philosophie (10 UE)
 - Vertiefung der eigenen Übungspraxis in der Gruppe (35 UE)
- 272 Unterrichtseinheiten**
- **272 Unterrichtseinheiten**
- 281 Unterrichtseinheiten**
- **281 Unterrichtseinheiten**
- Supervision und Einzelunterricht
- 12 Unterrichtseinheiten**
- **12 Unterrichtseinheiten**