

PRAKTISCHE WEITERBILDUNG FÜR YOGALEHRER

PRAXIS-WEITERBILDUNG FÜR YOGALEHRER AUF JIVAMUKTIYOGA-BASIS
MIT ALICE HÖNIGSCHMID IN BOZEN

Diese Weiterbildung (50 Std/UE) bietet dir die Möglichkeit deine Unterrichtspraxis zu vertiefen, bzw. dich auf das Unterrichten vorzubereiten.

Der Weiterbildungsschwerpunkt liegt in der Praxis des Assistierens, des Ausrichtens, des Stunden- und Sequenz-Aufbaues, sowie des Unterrichtens im Vinyasa.

Die Weiterbildung basiert auf dem umfangreichen Jivamukti-Apprenticeship (Praktikum), das die essenzielle Ergänzung zur Yogalehrer-Grundausbildung ist.

TEILNAHME

Voraussetzung ist eine abgeschlossene Yogalehrerausbildung (200-300 Std/UE).

-> Start des ersten Kurses ist **September 2017** und dauert 3-9 Monate (berufsbegleitend) in Bozen

-> Anmeldung bis Ende Juli bei yoga@alice.yoga, www.alice.yoga

-> 330,- Euro mit Teilnahmebestätigung

INHALT ÜBERSICHT

- **Einführungstreffen** 2 Std
- **Assistieren** in 10 Yogastunden von Alice mit Feedback
- **Ansagen** einzelner Sequenzen mit Feedback (5 Sequenzen)
- **ICPs** (In-Class-Private, Erklärung s.u.), 2 geben, 2 nehmen, plus 1x von / 1x mit Alice
- **Unterrichten** Spiritual Warrior (mind. 2 Std)
- **3 Workshops** Freitag Abend
 1. Assistieren, Ausrichten
 2. Ausrichtung und Vertiefung der wichtigsten Haltungen, mit Thaimassage-Elementen
 3. Stundenaufbau, Sequencing, Musik

-> falls in den WS nicht genug Teilnehmer zusammenkommen, dann wird es Samstag oder Sonntag einen Intensiv-WS geben.
- **1 Intensiv-Workshop** Samstag oder Sonntag, Inhalt nach Bedarf
- **1 Festival / 2 Satsangs**
- **10 Std gratis üben**, anschließend Sonderpreis

INHALT IM DETAIL

EINFÜHRUNGSTREFFEN

Besprechen der Inhalte, Kurzeinführung Assistieren und ICPs, Aufteilung der Stunden, Fragen, etc. Meditation und evtl. Kirtan

-> Termin wird gemeinsam festgelegt (vor Beginn des Herbstblocks)

ASSISTIEREN

in den Stunden (jeder 1 fixe Stunde)

Jeder Teilnehmer assistiert 10x (1 Block) in einer festgelegten Stunde (in Alices Stunden), -> anschließendes Feedback.

ANSAGEN

einzelner Sequenzen

Nach einer gewissen Zeit unterrichten die Teilnehmer einzelne (5 kurze festgelegte) Sequenzen in den Stunden -> anschließendes Feedback

ICPS (IN-CLASS-PRIVATE)

Die sogenannten ICPs sind eine "Spezialität" der Jivamukti-Praxis-Ausbildung.

Der Yogaschüler wird die ganze Stunde von einem Lehrer assistiert. Es entsteht eine ganz eigene Synergie und lässt sowohl "Schüler", als auch "Lehrer" tiefer in die Praxis eintauchen - und es macht Spaß!

Für den Anfang werden sich die Teilnehmer gegenseitig ICPs in den Stunden geben (jeder 2 nehmen und 2 geben), zum Schluss wird Alice den Teilnehmern eine geben und eine bekommen :-)

Anschließend dürfen ICPs auch anderen Yogachülern (gegen Bezahlung) angeboten werden.

UNTERRICHTEN EINER STUNDE

Es ist geplant den "Spiritual Flow" (eine festgelegte Stunde) einzuführen. Anfangs wird Alice diese Stunde unterrichten, nach einer Zeit werden sie die Teilnehmer abwechselnd übernehmen, jeder mind. 2x

Diese Stunde wird auf spendenbasis bezahlt, die Lehrer bekommen die Spenden direkt.

Als "Abschluss" wird Alice eine Stunde mitüben -> anschließendes Feedback.

Auf Dauer wäre es möglich diese Stunde ganz zu übernehmen.

3 WORKSHOPS

Freitag Abend 2,5 Std

Diese 3 Workshops sind öffentlich ausgeschrieben, sie können einzeln oder als Block gebucht werden. Für die Teilnehmer der Weiterbildung ist anschließend noch eine Feedback-/Fragenzeit eingeplant.

-> falls für den WS nicht genug Teilnehmer zusammenkommen, wird es einen Intensiv-WS am Sa oder So geben.

1. Assistieren, Ausrichten

2. Ausrichtung und Vertiefung der wichtigsten Haltungen, mit Thaimassage-Elemente

3. Stundenaufbau, Sequencing, Musik

-> Termine werden noch festgelegt

1 INTENSIV-WORKSHOP

Samstag oder Sonntag

Inhalt nach Bedarf - intern Sa 4,5 Std

Der Inhalt des Abschluss-Intensiv-Workshops wird sich nach dem Bedarf der Teilnehmer und Alices Einschätzung richten.

-> Termin wird noch festgelegt

1 FESTIVAL / 2 SATSANGS

Zum Ausbildungsprogramm gehört das "über der Tellerrand schauen" ;-)

Ein Besuch bei einem Festival ist inspirierend und motivierend - wenn es sich ausgeht wäre ein gemeinsamer Ausflug super!

Auch in Südtirol gibt es viele gute Angebote, deswegen ist es sinnvoll 2x bei einem Kirtan, einem Vortrag oder einem Workshop eines anderen Lehrers teilzunehmen.

10x GRATIS ÜBEN (1 BLOCK)

Das Üben in der Ausbildungszeit ist in Alices Stunden frei, anschließend gibt es einen Sonderpreis.

ABSCHLUSS

Die Teilnehmer führen über die Ausbildungszeit ein Protokoll - zum Abschluss wird eine Teilnahmebestätigung über 50 Stunden ausgehändigt.