

Beispiele von Aufbaumodul-Kombinationen für die zweijährige Sivananda Yogalehrerausbildung

Dies sind Beispiele, um zu veranschaulichen, wie man sich die Aufbaumodule zusammenstellen kann. Die Daten und Aufbaumodule stammen der Einfachheit halber aus den Jahren 2016 und 2017. Bitte beachtet, dass aufgrund von Programmänderungen der Veranstaltungsorte Abweichungen von den unten genannten Veranstaltungen auftreten können, bzw ab dem Jahr 2018 die Veranstaltungen von den unten genannten abweichen können. Legende der Abkürzungen unten.

1. Beispiel: Kompakt im Seminarhaus. Einzuplanender Zeitraum: 1-2 Jahre

Geeignet für Teilnehmer, die:

- die Aufbaumodule im Seminarhaus in Reith machen möchten, da sie nicht in der Nähe von Berlin oder München wohnen.
- und die Aufbaumodule möglichst kompakt und in der Ferienzeit machen möchten.

Ort	Datum	Titel	Dauer (Tage)	Schwerpunkte	UE
Ostern:					
Seminarhaus Reith	14.4. –17.4.17	Sonderprogramm zu Ostern	4	YP, HY,MP	32
<i>oder</i>					
Christi Himmelfahrt:					
Seminarhaus Reith	25.5. – 28.5.17	Ganzheitliche Regenerierung mit Yoga	4	YP, HY,MP	34
Sommer:					
Seminarhaus Reith	11.7. – 16.7.17	Yoga für spezielle Bedürfnisse mit Jivana Heyman, USA	6	YS,YP, KG	59
Seminarhaus Reith	16. – 19.7.17	Yoga Body Work	4	HY	32
Seminarhaus Reith	19. – 22.7.17	Yoga in der Schwangerschaft mit Ursula Mäder (Padmavati), Berlin	4	YS	32
Seminarhaus Reith	22. – 25.7.17	Die großen Asanazyklen, Praxis- + Korrekturworkshops mit Prema	4	HY	32
Zwischensumme			2 Wochen	4 Schwerpunkte	155
Herbst:					
Seminarhaus Reith	27.10. – 1.11.17	Allerheiligen Retreat: Lebensatem -Lebenskraft	5	HY,MP	50
<i>oder</i>					
Jahresende:					
Seminarhaus Reith	23.12.-6.1.18	Yoga zu Weihnachten und Neujahr	4,5	HY,MP	42
Aufbaumodule Gesamt			22,5-23 Tage	Alle 5 Schwerpunkte	229 oder 239

2. Zwei Beispiele: Kombiniert im Ashram/ Seminarhaus und im Sivananda Zentrum München oder Berlin

Einzuplanender Zeitraum: mindestens 1-2 Jahre

Geeignet für Teilnehmer, die:

- die Möglichkeit haben, im Stadtzentrum und im Seminarhaus Aufbaumodule zu machen

Ort	Datum	Titel	Anzahl und Dauer	Schwerpunkte	UE
Seminarhaus Reith	05. – 14. Aug 16	Yoga für das Herz mit Nischala Joy Devi, USA	10 Tage	KG, YS, YP	132
Berlin	20.8. - 1.12.16	Satsangs - Meditationsabende im Zentrum	9x 90 Min in 3 Monaten	MP	18
Berlin	29.01.2017	Tagesseminar NEU! Körper und Geist im Einklang	1 Tag	HY,YP	9
Seminarhaus Reith	26.2. –5.3.17	Winter Retreat - Asana Special Rücken im Lot & Die Essenz des Yoga	8 Tage	MP,HY	70
Aufbaumodule Gesamt		Dauer: 05.08.16 bis 05.03.17		Alle 5 Schwerpunkte	229

Ort	Datum	Titel	Anzahl und Dauer	Schwerpunkte	UE
Seminarhaus Reith	13.-20.7.16	Satsangs im Rahmen der Yogaferien	14 Satsangs in 7,5 Tagen	MP	28
Seminarhaus Reith	20. – 23. Juli 16	Weiterbildung Yoga und Schlaf mit Dr Naiman, USA	4 Tage	KG	37
Seminarhaus Reith	24. – 27. Juli 16	Yogalehrerfortbildung Yoga für Menschen ab 50	4 Tage	YS	32
Berlin	17.09.2016	Tagesseminar Aktive Entspannung und Stressreduktion	1 Tag	YP	9
Berlin	18.02.2017	Tagesseminar Yoga@home	1 Tag	HY, MP	9
München	26.03.2017	Tagesseminar Yoga und Detox	1 Tag	KG	9
Orleans	22.6.-26.6.17	Lehrer Sonderprogramm TTC Refresher	5 Tage	HY, MP, YP	67
Berlin	17.06.2017	Sonderprogramm Ayurveda Kochworkshop mit Dr Kamlesh	3,5h	KG	4
Berlin	08.07.2017	Lehrer-Fortbildung Fortschritt in der Asana-Korrektur	1 Tag	HY	9
Berlin	1.-6.8.17	Satsangs beim Familien-Sommer-Retreat Finkenwerder Hof	6 Tage	MP	10
Berlin	20.09. – 11.10.17	4- Wochen Kurs Integraler Yoga	4x 90 Min in 4 Wochen	HY, MP	8
Berlin	13.7.16-11.10.17	Satsangs - Meditationsabende im Zentrum	4x 90 Min in 15 Monaten	MP	8
Aufbaumodule Gesamt		Dauer: 13.07. 16 bis 11.10.17		Alle 5 Schwerpunkte	230

3. Beispiel: Im Sivananda Zentrum München (oder Berlin). Einzuplanender Zeitraum: mindestens 2-3 Jahre

Geeignet für Teilnehmer, die:

- in der Nähe von Berlin oder München wohnen und dort regelmäßig Veranstaltungen besuchen
- Kleinere Aufbaumodule über einen längeren Zeitraum bevorzugen.

Ort	Datum	Titel	Anzahl und Dauer	Schwerpunkte	UE
München	03.09.16 - 15.7.17	Satsangs - Meditationsabende im Zentrum	20x 90 Min in 10 Monaten	MP	40
München	8.+ 9.10.16	Sonderprogramm Juwelle der Asanas mit Swami Sivadasananda, Yoga Acharya	2 Tage (Workshops +Satsangs)	HY, MP	10
München	15.10.16 bis 15.07.17	Workshopreihe Fortgeschrittene Asanavariationen	10 x 90 Min in 9 Monaten	HY	20
München	23.10.2016	Lehrer-Fortbildung NEU! Gute Körperhaltung durch Asanas	1 Tag	HY	9
München	11. 11. – 02. 12. 16	4- Wochen Kurs Yoga-Psychologie	4x 90 Min	YP	8
München	26.11.2016	Tagesseminar Yoga-Tiefenentspannung	1 Tag	YP	9
München	03.12.2016	Yogalehrerkorrekturworkshop: Sanfte Variationen	90 Min	YS	2
München	13.1. -14.7.17	Offener Kurs Yoga für Körper, Geist und Seele	20x 120 Min in 10 Monaten	HY,YP,MP	50
München	14.01.2017	Tagesseminar Yoga und Ernährung	1 Tag	KG	9
München	4.2. -5.2.17	Sonderprogramm Lebendige Wirbelsäule mit Swami Sivadasananda	2 Tage (Workshops +Satsangs)	HY, MP	12
München	25.2.-8.7.17	Kirtan-Workshop-Reihe	6x 90 Min in 5 Monaten	MP	12
München	7.3.–28.3.17	4- Wochen Kurs Ramayana	4x 90 Min in 4 Wochen	MP	8
München	19.03.2017	Lehrer-Fortbildung Fortschritt in der Asana-Korrektur	1 Tag	HY	9
München	21.04. – 19.05.17	4- Wochen Kurs Innerer Fokus – Innere Ruhe	4x 90 Min in 4 Wochen	YP	8
München	3.5. - 9.5.17	Sonderprogramm: Einheit in Verschiedenheit - 60 Jahre Sivananda Yoga	in 7 Tagen frei wählbar: Asana Workshops, Vorträge, östliche Weisheitsmelodien	HY, MP	12
München	13.05.2017	Tagesseminar Stress und Stressverarbeitung	1 Tag	YP	9
München	18.08.2017	Yoga und Schlaf Vortrag mit Dr. Rubin Naiman, USA.	120 Min	KG, YP	2
Aufbaumodule Gesamt		Dauer: 03.09.16 bis 18.08.17		Alle 5 Schwerpunkte	229

Legende:

Schwerpunkte: HY = Hatha Yoga: Asana und Pranayama

YP = Yoga Psychologie, Stressmanagement und geistige Gesundheit

KG = Körperliche Gesundheit, Anatomie und Ernährung

MP = Meditation und Yoga Philosophie

YS = Yoga-Spezialisierungen

UE = Unterrichtseinheit (45 min)

Min = Minuten

Berlin = Sivananda Yoga Vedanta Zentrum Berlin

München = Sivananda Yoga Vedanta Zentrum München

Orleans = Sivananda Yoga Vedanta Ashram in Neuville aux Bois, Orleans, Frankreich.