



ALICE YOGA

# PRAKTISCHE WEITERBILDUNG FÜR YOGALEHRER 2019

JIVAMUKTIYOGA-BASIS MIT ALICE HÖNIGSCHMID IN BOZEN

Diese Weiterbildung bietet dir die Möglichkeit deine Unterrichtspraxis zu vertiefen, bzw. dich auf das Unterrichten vorzubereiten.

## TEILNAHME

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

-> Start des Kurses ist

**Januar 2019** und dauert **bis Mai 2019**  
(berufsbegleitend) in Bozen

-> Anmeldung bis Mitte Januar 2019 bei  
[yoga@alice.yoga](mailto:yoga@alice.yoga), [www.alice.yoga](http://www.alice.yoga)

-> 220,- Euro mit Teilnahmebestätigung

## INHALT IM DETAIL

### EINFÜHRUNGSTREFFEN

Besprechen der Inhalte, Kurzeinführung Assistieren, Aufteilung der Stunden, Fragen, etc. Meditation und evtl. Kirtan (Freitag Abend)

-> Termin wird gemeinsam festgelegt

### ASSISTIEREN

in den Stunden  
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

### 4 WORKSHOPS

Samstag 3 Std.

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

#### 19.1. Achtsames Assistieren

Wie kann ich eine tiefere Erfahrung der Yogapraxis vermitteln ohne zu manipulieren.

**16.2. Ausrichten und Anwenden der Hilfsmittel** - anatomischer / energetischer !!  
Aufbau und die richtige Unterstützung der Grundhaltungen

**16.3. Stundenaufbau und Stimme** - die Komposition des Stundenablaufs und dein bewußter Stimmeneinsatz machen eine Yogastunde zur ganzheitlichen Erfahrung

#### Abschluss Workshop

-> Termin wird noch festgelegt

### VERGÜNSTIGT ÜBEN

Das Üben in der Ausbildungszeit ist in Alices Stunden für 50% des Normalpreises möglich.

### ABSCHLUSS

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