



Ausbildungsrichtlinien

für die zwei- und die vierjährige Ausbildung zum/zur Yogalehrer*in
mit Schwerpunkt Klassischer Yoga nach Patanjali und Yogacharya Janakiraman
(200+ bzw. 500+ YVO) am
Yogahof Kukmirn, 7543 Kukmirn, Zellenbergstraße 15
unter der Ausbildungsleitung von Horst Buchebner

Die Yogaschule Südburgenland bietet eine klassische Yogalehrer*innen Ausbildung mit Schwerpunkt auf Hatha, Raja, Tantra und Kriya Yoga, aufbauend auf den Yoga Sutras nach Pantanjali, sowie auch auf den Solar Yoga Techniken nach Yogacharya Janakiraman.

Die Ausbildungen basieren auf den Ausbildungsstandards nach den Richtlinien der Yoga Vereinigung Österreich. Nach positivem Abschluss ist die Aufnahme in den Berufsverband möglich.

Die Ausbildung ist in zwei Stufen aufgebaut:

Stufe 1: 200+ Kontaktstunden (das heißt mit anwesendem Lehrer) à 60 Minuten, Mindestdauer 2 Jahre

Wird die Prüfung positiv abgelegt, besteht die Möglichkeit mit dem zweiten Teil der Ausbildung zu beginnen.

Stufe 2: Aufbau auf 500+ Kontaktstunden:
300+ Stunden à 60 Minuten über weitere 2 Jahre

Eine Verschiebung von Ausbildungsstunden der Stufe 2 in die Stufe 1 ist möglich. Diese werden dann in der Stufe 2 angerechnet.

Da es in Stufe 1 der Ausbildung mehr als 200 Kontaktstunden geben wird, werden die Stunden auf die 500 Stunden angerechnet. Nach einer 4-jährigen Gesamtausbildungszeit in der Tradition des Klassischen Yoga und 500+ Kontaktstunden kann eine Prüfung abgelegt werden.

Nach Abschluss der Stufe 1 ist bereits die Mitgliedschaft als Yogalehrer*in 200+ YVO möglich. Nach Abschluss der Stufe 2 inklusive der bestandenen Prüfung sind die Kooperation mit der SVS (Sozialversicherung der Selbständigen) und die Mitgliedschaft in der Yoga Vereinigung Österreich Yogalehrer*in 500+ YVO möglich.



Schwerpunkt der Ausbildung

Stufe 1:

Der Schwerpunkt der Ausbildung 200+ besteht darin, dass der/die künftige Yogalehrer*in selbständig Yogagruppen leitet, mit dem Wissen über den achthgliedrigen Pfad Ashtanga, mit dem Schwerpunkt Asana, Pranayama, Philosophie, Meditation sowie der Medizinischen Grundlagen und Anatomie.

Der feinstoffliche Energiefluss wird ein umfangreiches Thema sein (Tantra Yoga).

Die 5 Yogastile des Klassischen Yoga, Hatha, Raja, Jnana, Bhakti und Karma Yoga, die auch in das tägliche Leben integriert werden, sind ebenfalls Inhalt dieser Ausbildung.

Stufe 2:

Im zweiten Teil der Ausbildung 500+ wird genauer auf die Yamas und Niyamas und deren Integration ins tägliche Leben als auch auf Schriften wie Vedanta, Upanishaden, Bhagavad Gita, Yoga Sutras nach Patanjali und die Hatha Yoga Pradipika eingegangen. Vertiefende Yogapraxis und Meditation sowie die Erweiterung des medizinischen Wissens sind auch im zweiten Teil ein großes Thema.

Teilnahmevoraussetzungen

1. Voraussetzung für eine Teilnahme ist ein positives Eignungsgespräch mit der Ausbildungsleitung bzw. einem/r von ihm/ihr beauftragten Lehrer*in nach dem vollendeten 21. Lebensjahr.
2. Weiters müssen die Teilnehmer*innen in physischer und psychischer Hinsicht dafür geeignet sein, Yoga zu unterrichten.
3. Eine durchgehende Yogapraxis von drei Jahren mit Lehrer*in der klassischen Tradition als auch
4. Teilnahme an einem Workshop mit Horst Buchebner.
5. Während der Yoga-Lehrer*innen Ausbildung ist eine durchgehende Teilnahme an einer wöchentlichen Yogagruppe der Hatha-Yoga Tradition Bedingung. Der/die unterrichtende Yogalehrer*in verfügt über ein Zertifikat zumindest 200+ bei der 200+ Ausbildung und 500+ bei der 500+ Ausbildung. Ausnahmen nur nach Absprache mit der Ausbildungsleitung.



Modul Aufbau 200+

Die 200+ Ausbildung umfasst

- 22 Module im Zeitraum von 2 Jahren (pro Modul 8 Stunden à 60 Min.)
- 2 Wochenenden „Medizinisches Grundwissen“
- 3-Tage-Intensiv-Workshop mit Horst
- 7-Tage-Intensiv-Retreat mit Horst
- Selbststudium
- Eigenpraxis
- 1 Supervision

Modul Aufbau 500+

Die 500+ Ausbildung umfasst

- 22 Module im Zeitraum von 2 Jahren (pro Modul 8 Stunden à 60 Min.)
- 1 Wochenende „Medizinisches Grundwissen“
- 3-Tage-Intensiv-Workshop mit Horst
- 7-Tage-Intensiv-Retreat mit Horst
- Selbststudium
- Eigenpraxis
- 1 Supervision
- 1 Supervision für Diplomarbeit

Spezialseminare

- 2 Wochenenden Medizinische Grundlagen
- 7-Tage-Intensiv-Retreat mit Horst Buchebner
- 3-Tage-Intensiv-Workshop mit Horst Buchebner

Unterrichtspraktikum

Das Unterrichtspraktikum wird in der 2. Hälfte der 200+ Ausbildung begonnen und steht unter Supervision des vortragenden Lehrers, ebenso die Dokumentation der angeleiteten Programme im Rahmen von 35 Yogasitzungen à 90 Min. Die Gruppensitzungen müssen 60% betragen, 40% Einzelsitzungen werden akzeptiert.



Prüfung 200+

schriftliche und praktische Prüfung

Kriterien zur Zulassung:

- Unterrichtspräsenz zu mindestens 90%
- Nachweis (schriftliche Dokumentation) von 35 eigenständig abgehaltenen Unterrichtseinheiten à 90 Min.
- Vorgespräch mit der Ausbildungsleitung.
- Bei Nichtablegen der Prüfung wird eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

Prüfung 500+

Fachgespräch und praktische Prüfung

Kriterien zur Zulassung:

- Diplomarbeit, mindestens 25 Seiten zu einem vorgegebenen bzw. abgeprochenen Thema
- Erfolgreiche Absolvierung der 200+ Stunden Ausbildung inkl. Prüfung
- Unterrichtspräsenz zu mindestens 90%
- Nachweis von mindestens 70 eigenständig abgehaltenen Unterrichtseinheiten à 90 Min. (die 35 dokumentierten Yogasitzungen werden angerechnet)
- Vorgespräch mit der Ausbildungsleitung
- Bei Nichtablegen der Prüfung wird eine Teilnahmebestätigung ausgestellt.

Ausbildungsteam

Gesamtleitung: Horst Buchebner

Stellvertreterin: Mag. Andrea Haas

Die Yogalehrer*innen an der Yogaschule Südburgenland verfügen alle über eine 500+ Yogalehrer*innen-Ausbildung inklusive positiv abgelegte Prüfung, eine mindestens 10-jährige Eigenpraxis und eine mind. 7-jährige Unterrichtserfahrung sowie Erfahrung in der Leitung von Retreats und Seminaren.

Spezialthemen (z.B. Anatomie, Psychologie, etc.) werden von Lehrer*innen unterrichtet, die zumindest ein yogisches Grundwissen und -verständnis aufweisen.

Die Prüfungskommission besteht aus den Lehrer*innen der Yogaschule.