

Inspirieren  
und begeistern



Ausbildungsordnungen  
YogalehrerIn BDY/EYU  
YogalehrerIn Basic BDY

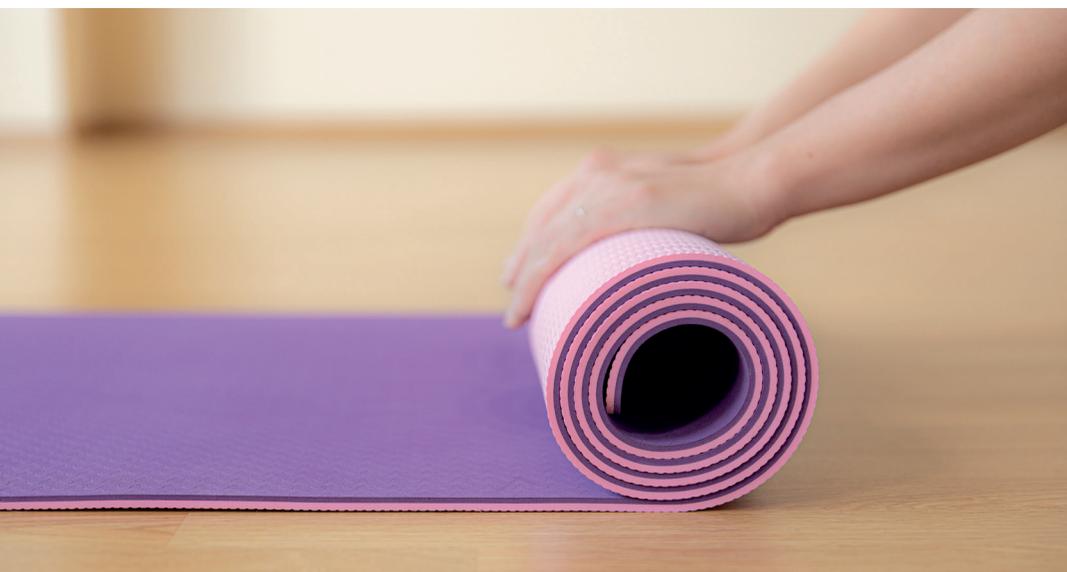
**BDYOGA**

Haltung, die bewegt

# Inhaltsverzeichnis

## Teil 1: Ausbildungsordnung für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU

1. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung (Soll-Voraussetzungen)	4
2. Ausbildung	4
2.1. Verpflichtende und zusätzliche Inhalte	4
2.2. Unterrichtsformen	4
2.3. Dokumentation der Teilnahme	4
3. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«	4
3.1. Zulassung zur Prüfung	5
3.2. Prüfung	
3.2.1. Schriftliche Prüfungsarbeit	5
3.2.2. Lehrprobe	5
3.2.3. Prüfungsgespräch	6
3.3. Qualifikationserteilung und Wiederholung	6
3.4. Pflichten des BDYoga und der Ausbildungsschule	6
3.5. Prüfungsausschuss	6
3.5.1. Aufgabe und Rolle der schulexternen Prüferin/des schulexternen Prüfers	7
3.5.2. Beschlussfindung des Prüfungsausschusses	7
3.6. Begutachtung der schriftlichen Prüfungsarbeit	7
3.6.1. ErstgutachterIn	7
3.6.2. ZweitgutachterIn	8
3.6.3. Gesamtgutachten	8
3.7. Prüfungsarbeit	8
3.7.1. Gliederung der Arbeit	8
3.7.2. Eidesstattliche Erklärung zur AutorInnenschaft	8
3.8. Widerruf bzw. Aberkennung des Titels »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«	8
4. DozentInnenqualifikation	8



## Teil 2: Ausbildungsordnung für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY

1. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung (Soll-Voraussetzungen)	9
2. Ausbildung	9
3. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels »Yogalehrerin Basic BDY« bzw. »Yogalehrer Basic BDY«	9
3.1. Zulassung zur Prüfung	9
3.2. Prüfung	10
3.2.1. Schriftliche Prüfungsarbeit	10
3.2.2. Lehrprobe	10
3.2.3. Prüfungsausschuss	10
3.3. Bestehen/Wiederholung der Prüfung	11
3.4. Pflichten des BDYoga und der Ausbildungsschule	11
3.5. Gliederung der Prüfungsarbeit	11
3.6. Eidesstattliche Erklärung zur AutorInnenschaft	12
3.7. Widerruf bzw. Aberkennung Titels »Yogalehrerin Basic BDY« bzw. »Yogalehrer Basic BDY«	12
4. DozentInnenqualifikation	12

## Teil 3: Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU

1. Leitlinien	12
2. Rahmenrichtlinien BDY/EYU	13
3. Kursleitererfahrung	18
4. Selbstlernzeiten	18
5. Zuordnung der Inhalte zu den Kompetenzen	19
6. Verteilung der Unterrichtszeiten auf Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung	19

## Teil 4: Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY

1. Leitlinien	19
2. Rahmenrichtlinien Basic BDY	20
3. Zuordnung der Inhalte zu den Kompetenzen	24
4. Verteilung der Unterrichtszeiten auf Präsenz- und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung	24

## Teil 5: DozentInnenqualifikation für alle BDYoga-anerkannten Ausbildungen

25

## Teil 1: Ausbildungsordnung für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU

Die Ausbildungsordnung regelt die verbindlichen Kerninhalte und den zeitlichen Umfang der Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU. Sie beinhaltet die Rahmenrichtlinien, auf denen ihre Regelungen basieren, die Prüfungsordnung und die DozentInnenqualifikation. Die berufsbegleitende Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU umfasst den in den Rahmenrichtlinien aufgeführten theoretischen und praktischen Unterricht von 716,4 Stunden (955,2 Unterrichtseinheiten) und dauert mindestens vier Jahre.

### 1. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung (Soll-Voraussetzungen)

Wer den Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« oder »Yogalehrer BDY/EYU« anstrebt, sollte folgende Voraussetzungen mitbringen:

- mindestens drei Jahre eigene Yoga-Praxis
- eine abgeschlossene Berufsausbildung/ein abgeschlossenes Studium
- tiefergehendes Interesse für die Inhalte des Yoga

### 2. Ausbildung

#### 2.1 Verpflichtende und zusätzliche Inhalte

Die Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU beinhalten verpflichtende Mindestanforderungen hinsichtlich des Fächer- und Stundenkanons sowie der Lerninhalte. In den einzelnen Fächern können durch die jeweilige Ausbildungsschule zusätzliche Inhalte aufgenommen werden. Diese sind dem Ausbildungsplan bzw. internen Curriculum der jeweiligen Schule zu entnehmen.

#### 2.2. Unterrichtsformen

Die Verteilung der Unterrichtsstunden erfolgt durch die Ausbildungsschule und findet in der Regel an Wochenenden und Intensivwochen statt. Die Unterrichtsstunden im Bereich Yoga-Praxis (Fachpraktische Kompetenz) und im Unterrichtspraktikum dürfen ausschließlich in Präsenz unterrichtet werden. Diese Stunden sind in den Rahmenrichtlinien entsprechend gekennzeichnet. In den Bereichen Grundlagen aus Medizin und Psychologie, Philosophie, Pädagogik, Gesundheitsförderung und Prävention sowie Berufskunde sind auch Online-Formate und Selbststudium möglich. Jedoch müssen von der Gesamtstundenzahl dieser Bereiche mindestens 103,5 Stunden (138 Unterrichtseinheiten) in Präsenz unterrichtet werden. Die nähere Ausgestaltung des Unterrichts in diesen Bereichen obliegt den Schulen. Die Darstellung der Unterrichtsformen erfolgt im schuleigenen Ausbildungsplan.

#### 2.3. Dokumentation der Teilnahme

Die regelmäßige Teilnahme an den Ausbildungsveranstaltungen ist verpflichtend und schriftlich zu dokumentieren. Die Art und Weise der Dokumentation bestimmt die Ausbildungsschule. Versäumte Unterrichtsstunden müssen nachgeholt werden. Dies erfolgt in Abstimmung mit der Schulleitung.

### 3. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«

Die Prüfungsordnung regelt Inhalte, Anforderungen, Zeitpunkt und das Verfahren der Prüfung.

Für die Erlangung des Titels »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« ist es erforderlich, mit Beginn des zweiten Ausbildungsjahres ordentliches Mitglied im

BDYoga zu werden. Den Antrag auf Mitgliedschaft finden Sie unter [www.yoga.de](http://www.yoga.de).

Die Mitgliedschaft beginnt mit einem beitragsfreien Jahr. Im dritten und vierten Ausbildungsjahr beträgt der Beitrag 50 Prozent des regulären Mitgliedsbeitrags. Den Auszubildenden stehen damit schon während der Ausbildung das Netzwerk und die Serviceleistungen des Verbands zur Verfügung.

### **3.1. Zulassung zur Prüfung**

Die Zulassung zur Prüfung zur »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. zum »Yogalehrer BDY/EYU« erfolgt über die zuständige Schulleitung. Für die Zulassung müssen folgende Nachweise erbracht werden:

- Nachweis über die abgeschlossene Yoga-Lehrausbildung nach den Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU in der jeweils gültigen Fassung bis zum Termin der mündlichen Prüfung
- Nachweis über die erforderlichen Lehrproben
- Nachweis über die ordentliche Mitgliedschaft im BDYoga

### **3.2. Prüfung**

Die Prüfung besteht aus drei Teilen:

- schriftliche Prüfungsarbeit
- Lehrprobe
- Prüfungsgespräch

#### **3.2.1. Schriftliche Prüfungsarbeit**

Es ist eine schriftliche Prüfungsarbeit in Form einer Hausarbeit vorzulegen, deren Themenbereiche von der Ausbildungsschule vorgegeben oder vom zuständigen Vorstand des BDYoga oder in Rücksprache mit der Ausbildungsleitung von der zu prüfenden Person gewählt werden. Sie ist in zweifacher Ausfertigung einzureichen. Die Bearbeitungszeit beträgt maximal sechs Monate. Die Bearbeitung der Themenbereiche kann neun Monate vor Beendigung der Ausbildung begonnen werden. Der letztmögliche Abgabetermin liegt neun Monate nach offiziellem Ausbildungsende. Die schriftliche Arbeit gilt als bestanden, wenn die zu bearbeitenden Themenbereiche selbstständig und ausreichend mit der nötigen Sachkompetenz in guter sprachlicher Form dargestellt wurden. Die Arbeit wird von mindestens zwei GutachterInnen gelesen, die die erforderlichen Qualifikationen aufweisen (vgl. 3.6.). Ein schriftliches Gesamtgutachten liegt zum Zeitpunkt der mündlichen Prüfung vor.

Die PrüfungsteilnehmerInnen erhalten das Gesamtgutachten nach bestandener Prüfung. Der Prüfungsausschuss nimmt vor der Prüfung Einblick in die Prüfungsarbeiten und die Gutachten.

#### **3.2.2. Lehrprobe**

Die schriftliche Ausarbeitung der Lehrprobe muss spätestens eine Woche vor dem Termin der Prüfung allen Mitgliedern der Prüfungskommission zugegangen sein. Die Ausarbeitung muss eine detaillierte Erläuterung von Ziel und Inhalten des Stundenablaufs beinhalten (ein āsana oder eine andere Yoga-Übungsform).

Die Lehrprobe gilt als bestanden, wenn die Fähigkeit nachgewiesen werden konnte ...

- theoretisches Wissen sachkompetent, teilnehmerbezogen und situativ in der Unterrichtspraxis umzusetzen und als Lehrpersönlichkeit zu überzeugen,

- in einem klaren Stundenablauf Ziele und Inhalte des Yoga angemessen zu vermitteln und für die TeilnehmerInnen erfahrbar zu machen,
- einen angemessenen Kontakt zu den TeilnehmerInnen der Stunde aufzubauen, der der besonderen Rolle einer Yogalehrerin bzw. eines Yogalehrers gerecht wird.

### **3.2.3. Prüfungsgespräch**

Das Prüfungsgespräch findet einzeln oder in einer Gruppe von zwei bis vier Prüflingen statt. Für jeden Prüfling werden jeweils 15 bis 30 Minuten angesetzt. Inhalte und Gestaltung obliegen der Ausbildungsschule und werden den TeilnehmerInnen rechtzeitig bekannt gemacht. Der Prüfungsausschuss entscheidet, ob das Prüfungsgespräch bestanden wurde.

### **3.3. Qualifikationserteilung und Wiederholung**

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn alle drei Prüfungsteile erfolgreich abgeschlossen wurden. Ist die schriftliche Prüfungsarbeit nicht ausreichend, wird die/der PrüfungsteilnehmerIn vor der Abschlussprüfung (Lehrprobe und Prüfungsgespräch) benachrichtigt. Wurde ein Prüfungsteil nicht bestanden, so bestehen folgende Wiederholungsoptionen für die Prüfungsteilnehmerin/den Prüfungsteilnehmer:

- Nachreichen der verbesserten schriftlichen Prüfungsarbeit
- Wiederholung der schriftlichen Prüfungsarbeit
- Wiederholung der Lehrprobe inklusive des Prüfungsgesprächs
- Erneute Anmeldung zur Gesamtprüfung

Die oben genannten drei letzten Optionen sind frühestens ein halbes Jahr nach der nicht bestandenen Prüfung möglich.

Die Prüfung muss spätestens nach drei Jahren abgeschlossen sein.

### **3.4. Pflichten des BDYoga und der Ausbildungsschule**

Über die Zulassung zur Prüfung und den Verlauf der Prüfung ist eine Niederschrift anzufertigen. Hierfür sind die Formblätter (Prüfungsdokumentation) zu verwenden. Diese Niederschrift sendet die Ausbildungsschule nach Prüfungsabschluss an die Geschäftsstelle des BDYoga. Die Ausbildungsschule ist verpflichtet, sämtliche Prüfungsunterlagen zehn Jahre aufzubewahren.

Nach bestandener Prüfung überreicht die schulexterne Prüferin/der schulexterne Prüfer den Prüfungskandidaten das vom BDYoga ausgestellte Zeugnis mit dem Vermerk »Die Prüfung wurde nach den gültigen Rahmenrichtlinien BDY/EYU unter Beteiligung einer Vertretung des BDYoga abgelegt«.

Für die Ausstellung der Zeugnisse erhebt der BDYoga von der Ausbildungsschule eine Gebühr in Höhe von 20 Euro je Zeugnis. Über die Prüfungskosten, die im Ermessen der Ausbildungsschule liegen, informiert diese im Ausbildungsvertrag und in ihren Ausbildungsinformationen. Für die Organisation der Prüfung und Wahrnehmung aller in der Ausbildungsordnung genannten Aufgaben ist die Ausbildungsschule verantwortlich.

### **3.5. Prüfungsausschuss**

Der Prüfungsausschuss wird von der Ausbildungsschule einberufen. Den Vorsitz übernimmt die Schulleitung. Die schulexterne Prüferin/der schulexterne Prüfer wird auf Grundlage der PrüferInnenliste benannt. Die Benennung erfolgt rotierend (ab 01.01.2023). Erst ab der vierten Prüfung kann wieder die erste Prüferin/der erste Prüfer benannt werden. Die PrüfungsbeisitzerInnen werden durch die Schulleitung aus dem schulinternen Ausbildungsteam benannt. Der Prüfungsausschuss besteht aus mindestens drei Personen:

- Vorsitz des Prüfungsausschusses
- schulexterne BDYoga-Prüferin/schulexterner BDYoga-Prüfer
- PrüfungsbeisitzerIn

Für den Fall, dass die Schulleitung z. B. wegen Krankheit oder Auflösung der Schule den Prüfungsausschuss nicht einberufen kann, hat der Vorstand des BDYoga die Möglichkeit, einen Prüfungsausschuss bestehend aus mindestens zwei Personen für eine schulexterne Prüfung einzurichten. Den Vorsitz übernimmt der zuständige Vorstand oder eine Vertretung von der PrüferInnenliste. Das zweite Mitglied des Prüfungsausschusses wird durch den Vorsitz des Ausschusses von der PrüferInnenliste berufen.

### **3.5.1. Aufgabe und Rolle der schulexternen Prüferin/des schulexternen Prüfers**

Schulexterne PrüferInnen sind VertreterInnen des BDYoga und bestätigen gegenüber dem Verband die

- Einhaltung der Prüfungsordnung
- Einhaltung des Ablaufs und der Struktur der Prüfung
- Einhaltung eines respektvollen Verhaltens gegenüber anderen Yoga-Traditionen

Die schulexternen PrüferInnen haben folgende Befugnisse:

- Einsicht und Prüfung der Nachweise der geleisteten Ausbildungs-Unterrichtseinheiten (Stunden und Fächer) und der Lehrproben
- Einsicht in das Konzept der Lehrprobe
- Kontrolle, ob eine eidesstattliche Erklärung zur Prüfungsarbeit vorliegt
- Überprüfung der gleichberechtigten Behandlung aller PrüfungsteilnehmerInnen.
- Sie dürfen Fragen im Prüfungsgespräch zu folgenden Themenbereichen stellen:
  - zu den allgemeinen Grundlagen der Yoga-Lehre auf der Basis der Rahmenrichtlinien
  - zum Berufsbild der Yogalehrenden
  - zu den berufsethischen Richtlinien und traditionsübergreifende Sichtweisen und
  - zur Lehrprobe

### **3.5.2. Beschlussfindung des Prüfungsausschusses**

Bei Einigkeit über das Prüfungsergebnis wird die Prüfung als bestanden oder nicht bestanden gewertet. Bei Uneinigkeit über das Prüfungsergebnis berät und beschließt der Prüfungsausschuss geeignete Maßnahmen, wie durch die Erfüllung von Auflagen oder Wiederholung von Teilen der Prüfung ein Abschluss zu erlangen ist. Das Ergebnis dieser Beratung ist schriftlich festzuhalten und für den Prüfling verbindlich. Gilt die Prüfung als nicht bestanden, gelten die Regelungen gemäß Punkt 3.3.

### **3.6. Begutachtung der schriftlichen Prüfungsarbeit**

Zur Bewertung der Hausarbeit wird ein Gutachten durch eine/einen Erst- und Zweit-GutachterIn erstellt. Die GutachterInnen verfügen über die Qualifikation »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« bzw. die Qualifikation für die DozentInnen-tätigkeit innerhalb der BDYoga-Lehrausbildungen. Sie werden von der Schulleitung beauftragt.

#### **3.6.1. ErstgutachterIn**

Die Erstgutachterin/der Erstgutachter hat die Aufgabe, eine detaillierte inhaltliche und formale Bewertung der Prüfungsarbeit und ein darauf basierendes Gutachten zu erstellen.

### **3.6.2. ZweitgutachterIn**

Die Zweitgutachterin/der Zweitgutachter nimmt eine Zweitbewertung vor und kann Vorschläge zum Gutachten machen.

### **3.6.3. Gesamtgutachten**

Das Gesamtgutachten wird von der Erstgutachterin/dem Erstgutachter unter Berücksichtigung der formalen Kriterien des BDYoga erstellt. Können sich die GutachterInnen nicht auf ein Gesamtgutachten einigen, kann die Schulleitung gegebenenfalls eine weitere Person einbinden.

## **3.7. Prüfungsarbeit**

### **3.7.1. Gliederung der Arbeit**

Das Deckblatt enthält folgende Angaben:

- Ausbildungsschule
- Name und Adresse der Prüfungsteilnehmerin/des Prüfungsteilnehmers
- Abgabedatum

Die sich daran anschließende Arbeit enthält folgende Elemente:

- tabellarischer Lebenslauf
- Inhaltsverzeichnis mit Seitenangabe
- Bearbeitung der Fragen/Themen (Umfang ca. 40 bis 70 Seiten)
- Abbildungsverzeichnis
- Quellenverzeichnis
- eidesstattliche Erklärung

Die Ausbildungsschule stellt hierzu ein Merkblatt zur Verfügung.

### **3.7.2. Eidesstattliche Erklärung zur AutorInnenschaft**

Folgende Erklärung muss auf der letzten Seite der Arbeit abgedruckt und handschriftlich unterschrieben sein:

»Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Die Stellen der Arbeit, die anderen Quellen im Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen wurden, sind durch Angaben der Herkunft kenntlich gemacht. Dies gilt auch für Zeichnungen, Skizzen, bildliche Darstellungen sowie für Quellen aus dem Internet.«

### **3.8. Widerruf bzw. Aberkennung des Titels »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«**

Der BDYoga kann die Aberkennung des Titels einleiten. Diese Regelung gilt für TitelinhaberInnen, die den Verband und/oder Mitglieder des Verbands vorsätzlich und böswillig öffentlich herabsetzen, verunglimpfen, gegen wesentliche Grundsätze des BDYoga und seiner berufsethischen Richtlinien verstoßen oder nachweislich gegen die freiheitliche-demokratische Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland handeln. Dies gilt insbesondere bei einem hierauf gestützten Ausschluss aus dem BDYoga.

## **4. DozentInnenqualifikation**

Die in Teil 5 dargestellte DozentInnenqualifikation ist für die BDYoga-anerkannten Ausbildungen verbindlich. In Ausnahmefällen kann die jeweilige Schulleitung in Rücksprache mit dem Vorstand eine Sonderlösung treffen. Die Unterrichtserfahrung

bezieht sich jeweils auf die Tätigkeit als YogalehrerIn nach Abschluss der Prüfung zur »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. zum »Yogalehrer BDY/EYU«.

## **Teil 2: Ausbildungsordnung für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY**

Die Ausbildungsordnung regelt die verbindlichen Kerninhalte und den zeitlichen Umfang der Yoga-Lehrausbildung Basic BDY. Sie beinhaltet die Rahmenrichtlinien, auf denen ihre Regelungen basieren, die Prüfungsordnung und die DozentInnenqualifikation. Die berufsbegleitende Yoga-Lehrausbildung Basic BDY umfasst den in den Rahmenrichtlinien aufgeführten theoretischen und praktischen Unterricht von 431,5 Stunden (665,1 Unterrichtseinheiten) und dauert mindestens zwei Jahre.

### **1. Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung (Soll-Voraussetzungen)**

- mindestens drei Jahre eigene Yoga-Praxis
- eine abgeschlossene Berufsausbildung/ein abgeschlossenes Studium
- tiefergehendes Interesse für die Inhalte des Yoga

### **2. Ausbildung**

Die Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY beinhalten verpflichtende Mindestanforderungen hinsichtlich des Fächer-, Themen- und Stundenkanons. In den einzelnen Fächern können durch die jeweilige Schule zusätzliche Inhalte aufgenommen werden. Dies ist dem Ausbildungsplan bzw. Curriculum der Schule zu entnehmen.

### **3. Prüfungsordnung zur Erlangung des Titels »Yogalehrerin Basic BDY« bzw. »Yogalehrer Basic BDY«**

Die Prüfungsordnung regelt Inhalte, Anforderungen, Zeitpunkt und das Verfahren der Prüfung. Für die Erlangung des Titels »Yogalehrerin Basic BDY« bzw. »Yogalehrer Basic BDY« ist es erforderlich, mit Beginn des zweiten Ausbildungsjahres ordentliches Mitglied im BDYoga zu werden. Die Mitgliedschaft im zweiten Ausbildungsjahr ist beitragsfrei. Den Antrag auf Mitgliedschaft finden Sie unter [www.yoga.de](http://www.yoga.de).

Wenn die Ausbildung fortgesetzt wird, um den Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/ EYU« zu erwerben, wird für das dritte und vierte Ausbildungsjahr ein Mitgliedsbeitrag in Höhe von 50 Prozent des regulären Mitgliedsbeitrags erhoben. Den Auszubildenden stehen damit schon während der Ausbildung das Netzwerk und die Serviceleistungen des Verbands zu Verfügung.

#### **3.1. Zulassung zur Prüfung**

Für die Zulassung zur Prüfung sind spätestens bis zum Termin der Prüfungsstunde (Lehrprobe) folgende Nachweise zu erbringen:

- Nachweis über die abgeschlossene Yoga-Lehrausbildung nach den Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY in mindestens zwei Jahren in der jeweils gültigen Fassung
- Nachweis über die verpflichtenden Lehrproben
- Nachweis über die ordentliche Mitgliedschaft im BDYoga

## **3.2. Prüfung**

Die Prüfung besteht aus zwei Teilen:

- schriftliche Prüfungsarbeit
- Prüfungsstunde (Lehrprobe) mit moderierter Abschlussbesprechung

### **3.2.1. Schriftliche Prüfungsarbeit**

Es ist eine schriftliche Prüfungsarbeit in Form einer Hausarbeit vorzulegen.

Die zu bearbeitenden Fragen werden von der Ausbildungsschule gestellt.

Die Arbeit ist in zweifacher Ausfertigung einzureichen. Die Bearbeitungszeit beträgt maximal drei Monate.

Die Bearbeitung der Prüfungsarbeit kann sechs Monate vor Beendigung der Ausbildung begonnen werden. Soweit die/der Auszubildende die Yoga-Lehrausbildung mit dem Ziel fortsetzt, den Abschluss »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« zu erwerben, können die im Rahmen dieser Prüfungsarbeit bearbeiteten Fragen in die für den Abschluss »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« zu erstellende Prüfungsarbeit mit aufgenommen oder auch neu bearbeitet werden. Dies erfolgt in Abstimmung mit der Schulleitung.

Die schriftliche Arbeit gilt als bestanden, wenn die zu bearbeitenden Themenbereiche selbstständig und ausreichend mit der nötigen Sachkompetenz sowie in guter sprachlicher Form dargestellt wurden.

Die Arbeit wird von der Schulleitung oder einer Dozentin/einem Dozenten des Ausbildungsteams begutachtet. Die PrüfungsteilnehmerInnen erhalten eine qualifizierte Rückmeldung zu ihrer Prüfungsarbeit. Die GutachterInnen verfügen über die Qualifikation »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«. Sie werden von der Schulleitung beauftragt.

### **3.2.2. Lehrprobe**

Die schriftliche Ausarbeitung der Lehrprobe muss spätestens zwei Wochen vor dem Termin der Prüfung an die Schulleitung gegangen sein. Die Ausarbeitung muss eine detaillierte Erläuterung von Ziel und Inhalten des Stundenablaufs beinhalten (ein āsana oder eine andere Yoga-Übungsform). Die Prüfungsstunde gilt als bestanden, wenn

- theoretisches Wissen sachkompetent, teilnehmerbezogen und situativ in der Unterrichtspraxis umgesetzt wurde,
- in einem klaren Stundenablauf Ziele und Inhalte des Yoga angemessen vermittelt und für die TeilnehmerInnen erfahrbar gemacht wurden und
- ein angemessener Kontakt zu den TeilnehmerInnen der Stunde aufgebaut wurde, der der besonderen Rolle einer Yogalehrerin/eines Yogalehrers gerecht wird.

Die Lehrprobe wird von der Schulleitung oder einer Dozentin/einem Dozenten des Ausbildungsteams mit Abschluss »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« und ausreichend Moderationserfahrung moderiert und abschließend besprochen.

### **3.2.3. Prüfungsausschuss**

Der Prüfungsausschuss ist mit zwei Personen besetzt. Der Schulleitung oder einer Dozentin/einem Dozent des Ausbildungsteams mit Abschluss »YogalehrerinBDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU« und einer schulexternen Prüferin/einem schulexternen Prüfer. Die Benennung erfolgt rotierend (ab 01.01.2023).

Erst ab der vierten Prüfung kann wieder die erste Prüferin/der erste Prüfer benannt werden.

### **3.3. Bestehen/Wiederholung der Prüfung**

Die Prüfung gilt als bestanden, wenn die Prüfungsteile nach Beurteilung der Schulleitung und des Prüfungsausschusses erfolgreich abgeschlossen wurden.

Die Schulleitung gewährleistet, dass diese den Ausbildungsanforderungen der Rahmenrichtlinien entsprechen. Ist die schriftliche Prüfungsarbeit fachlich nicht ausreichend bearbeitet, wird die Prüfungsteilnehmerin/der Prüfungsteilnehmer vor der Lehrprobe benachrichtigt.

Wurde einer der Prüfungsteile nicht bestanden, bestehen folgende Wiederholungsoptionen für die Prüfungsteilnehmerin/der Prüfungsteilnehmer:

- Nachreichen der überarbeiteten schriftlichen Prüfungsarbeit
- Wiederholung der schriftlichen Prüfungsarbeit
- Wiederholung der Lehrprobe mit moderierter Abschlussbesprechung
- erneute Anmeldung zur Gesamtprüfung

Die drei letzten Optionen sind frühestens ein halbes Jahr nach dem nicht bestandenen Prüfungsteil möglich. Die Prüfung muss spätestens nach drei Jahren abgeschlossen sein.

### **3.4. Pflichten des BDYoga und der Ausbildungsschule**

Über die Zulassung zur Prüfung und den Verlauf der Prüfung ist eine Niederschrift anzufertigen. Hierfür sind die Formblätter (Prüfungsdokumentation) zu verwenden. Diese Niederschrift sendet die Ausbildungsschule nach Prüfungsabschluss in Kopie an die Geschäftsstelle des BDYoga.

Nach Eingang der Prüfungsdokumentationen über den erfolgreichen Verlauf der Prüfung stellt die Geschäftsstelle die Zeugnisse aus und sendet sie an die Ausbildungsschule. Das Zeugnis enthält den Vermerk »Die Prüfung wurde nach den gültigen Rahmenrichtlinien Basic BDY abgelegt.«. Die Ausbildungsschule ist verpflichtet, sämtliche Prüfungsunterlagen zehn Jahre aufzubewahren.

Für die Ausstellung der Zeugnisse erhebt der BDYoga von der Ausbildungsschule eine Gebühr in Höhe von 20 Euro je Zeugnis. Über die Prüfungskosten, die im Ermessen der Ausbildungsschule liegen, informiert diese im Ausbildungsvertrag und in ihren Ausbildungsinformationen. Für die Organisation der Prüfung und Wahrnehmung aller in der Ausbildungsordnung genannten Aufgaben ist die Ausbildungsschule verantwortlich.

### **3.5. Gliederung der Prüfungsarbeit**

Das Deckblatt enthält folgende Angaben:

- Ausbildungsschule
- Name und Adresse der Prüfungsteilnehmerin/des Prüfungsteilnehmers
- Abgabedatum

Die sich daran anschließende Arbeit enthält folgende Elemente:

- tabellarischer Lebenslauf
- Inhaltsverzeichnis mit Seitenangabe
- Bearbeitung der Fragen/Themen (Umfang ca. 20 bis 35 Seiten)
- Abbildungsverzeichnis
- Quellenverzeichnis
- eidesstattliche Erklärung

Die Ausbildungsschule stellt hierzu ein Merkblatt zur Verfügung.

### **3.6. Eidesstattliche Erklärung zur AutorInnenschaft**

Folgende Erklärung muss auf der letzten Seite der Arbeit abgedruckt und handschriftlich unterschrieben sein:

»Hiermit erkläre ich, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfasst und keine anderen als die angegebenen Hilfsmittel benutzt habe. Die Stellen der Arbeit, die anderen Quellen im Wortlaut oder dem Sinn nach entnommen wurden, sind durch Angaben der Herkunft kenntlich gemacht. Dies gilt auch für Zeichnungen, Skizzen, bildliche Darstellungen sowie für Quellen aus dem Internet.«

### **3.7. Widerruf bzw. Aberkennung des Titels »Yogalehrerin Basic BDY« bzw. »Yogalehrer Basic BDY«**

Der BDYoga kann die Aberkennung des Titels einleiten. Diese Regelung gilt für TitelinhaberInnen, die den Verband und/oder Mitglieder des Verbands vorsätzlich und böswillig öffentlich herabsetzen, verunglimpfen, gegen wesentliche Grundsätze des BDYoga und seiner berufsethischen Richtlinien verstoßen oder nachweislich gegen die freiheitliche-demokratische Grundordnung der Bundesrepublik Deutschland handeln. Dies gilt insbesondere bei einem hierauf gestützten Ausschluss aus dem BDYoga.

### **4. DozentInnenqualifikationen**

Die in Teil 5 dargestellten DozentInnenqualifikationen sind für alle BDYoga-anerkannten Ausbildungen verbindlich. In Ausnahmefällen kann die jeweilige Schulleitung in Rücksprache mit dem Vorstand eine Sonderlösung treffen. Die Unterrichtserfahrung bezieht sich jeweils auf die Tätigkeit als YogalehrerIn nach Abschluss der Prüfung zur »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. zum »Yogalehrer BDY/EYU«.

## **Teil 3: Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU**

### **1. Leitlinien**

Yoga wirkt auf körperlicher, emotionaler, mentaler und geistig-spiritueller Ebene. Diese Wirkungen lassen sich durch regelmäßiges Üben und den persönlichen und unmittelbaren Kontakt zwischen Lehrenden und Lernenden erfahren. Dabei sind die sozialen, pädagogischen und personalen Kompetenzen von Lehrpersonen für die Qualität des Unterrichts entscheidend.

Yoga ist damit ein ganzheitlicher Übungs- und Erfahrungsweg, der die Übenden zu einem besseren Umgang mit den Anforderungen und Herausforderungen des Lebens befähigt und eine Entwicklung zu mehr innerem Frieden ermöglicht.

## 2. Rahmenrichtlinien BDY/EYU

	UE	Std.	ECTS
<b>Präsenz</b>			
<b>Hatha-Yoga</b>			
<p>Āsana, kārana/vinyāsa, prānāyāma, Meditation, traditionsspezifische Inhalte, Entspannung und Körperwahrnehmung</p>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit vertiefter Selbsterfahrung und Schulung in Anleitung und Beratung</li> <li>• Generelle Kenntnisse und Praxis zu den drei Bereichen sowie Kompetenz des Yoga für Gesunde</li> <li>• Vermittlung der wesentlichen āsana in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Techniken des prānāyāma mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen</li> <li>• Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung</li> </ul> <p>Aufbauend auf den Basic-Inhalten langfristige Entwicklung von anspruchsvollen Übungsformen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertiefung der Āsana-Praxis               <ul style="list-style-type: none"> <li>· durch Wahrnehmungsverfeinerung in Bezug auf Körper, Atem und Geist</li> <li>· durch Kombination von āsana</li> <li>· durch Erhöhung der Komplexität von āsana und Āsana-Folgen</li> </ul> </li> <li>• Einführung und Weiterentwicklung von anspruchsvolleren Übungsformen wie kriya, prānāyāma, mudrā</li> <li>• Vertiefung und Festigung der traditionsspezifischen Übungspraxis mit ihrem theoretischen Hintergrund</li> </ul>	245,2	183,9	6,13
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation bei gesundheitlichen Einschränkungen und häufigen Beschwerdebildern</li> <li>• Kenntnisse häufiger Beschwerdebildern, wie z. B.               <ul style="list-style-type: none"> <li>· chronische Rücken-, Nacken-, Kopfschmerzen,</li> <li>· Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises (autoimmunbedingt, verschleißbedingt, Stoffwechselstörung mit rheumatischen Beschwerden rheumatischen Beschwerdebildern im Bereich der Muskulatur und Sehnen, chronischen Knochenerkrankungen)</li> </ul> </li> </ul>	80	60	2

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>· chronische neurologische Erkrankung (Migräne, Multiple Sklerose, Mb. Parkinson)</li> <li>· Fatigue bei Krebserkrankungen</li> <li>· Bluthochdruck</li> <li>· Herzkreislauferkrankung</li> <li>· Chronische Beeinträchtigung des Atmungssystems z.B. Asthma bronchiale</li> <li>· Chronische Darmerkrankung</li> <li>· Chronische Augenerkrankung</li> <li>· Kenntnisse über Schmerzmechanismen und unterschiedliche Schmerzformen (akut, rezidivierend, chronisch)</li> <li>· Kenntnisse spezifischer Wirkungen āsana, prānāyāma und Meditation und deren Kontraindikationen in Bezug auf häufige Beschwerdebilder</li> <li>· Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> <li>· Aufbauend auf den in der Basic-Ausbildung vermittelten Inhalten: Anleitung und Beratung unter Berücksichtigung funktioneller Auffälligkeiten und Bewegungsbeeinträchtigungen sowie individuelle Anpassung an die Möglichkeiten und Bedürfnisse der Teilnehmenden</li> </ul>			

### Medizin

· Aspekte von und Interaktion mit Ernährung	6,7	5	0,5
---	-----	---	-----

### Meditation

Verschiedene Meditationsformen, Yoga-Meditation nach klassischen Texten

<ul style="list-style-type: none"> <li>· Wesentliche Meditationstechniken mit Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>· Aufbauend auf den in der Basic-Ausbildung vermittelten Meditationstechniken erfolgt deren Umsetzung in der Praxis unter Anleitung und Begleitung geschulter Mediationslehrender mit dem Ziel, eine vertiefende Erfahrung zu ermöglichen</li> </ul>	50	37,5	1,25
---	----	------	------

### Unterrichtspraktikum (praktische Lehrprobe)

Beim Unterrichtspraktikum werden von den Auszubildenden fünf Lehrproben gehalten. Dazu kommt die verpflichtende Teilnahme an mindestens 20 von anderen Auszubildenden gehaltenen Lehrproben. In diesem Unterrichtsfach erfolgt die Schulung in Anleitung und Beratung von Yoga-Kursteilnehmenden in der konkreten praktischen Umsetzung von Yoga-Unterricht. Die Auszubildenden legen dafür jeweils einen in Hausarbeit selbst erstellten Unterrichtsentwurf vor, in dem die Inhalte der Stunde, ihre Didaktik und Methodik sowie der Ablauf der Stunde erläutert werden. Die Lehrproben werden dann von den Auszubildenden gehalten und in einer moderierten Nachbesprechung von einer YogalehrerIn BDY/EYU (Moderation) begutachtet.

Ergänzend zur Basic-Ausbildung werden zusätzlich drei Lehrproben gehalten (eine interne und zwei externe). Hinzu kommt die verpflichtende Teilnahme an mindestens zwölf von anderen Auszubildenden gehaltenen Lehrproben.

Die externen Lehrproben dienen dem traditionsübergreifenden und offenen Austausch sowie der Schulung der Professionalität in externen Unterrichtssituationen und der Blickwinkelerweiterung.

Im Unterrichtspraktikum wird die praktische Umsetzung von Didaktik und Methodik in Bezug auf folgende Inhalte vermittelt:

	UE	Std.	ECTS
<b>Yoga-Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit vertiefter Selbsterfahrung und Schulung in Anleitung und Beratung</li> <li>• Generelle Kenntnisse und Praxis zu den drei Bereichen sowie Kompetenz des Yoga für Gesunde</li> <li>• Vermittlung der wesentlichen āsana in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Techniken des prānāyāma mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Meditationstechniken mit Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>• Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung</li> <li>• Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> </ul>	60	45	1,5
<b>Yoga-Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit Schulung in Anleitung und Beratung bei gesundheitlichen Einschränkungen und häufigen Beschwerdebildern wie zum Beispiel chronische Rücken-, Nacken-, Kopfschmerzen, Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, chronische neurologische Erkrankung (Migräne, Multiple Sklerose, Mb. Parkinson), Fatigue bei Krebserkrankungen, Bluthochdruck</li> <li>• Dazu gehören auch: Herz-Kreislauf-erkrankung, chronische Beeinträchtigung des Atmungssystems, z. B. Asthma bronchiale, chronische Darmerkrankung, chronische Augenerkrankung</li> </ul>	20	15	0,5
<b>Präsenz gesamt</b>	<b>461,9</b>	<b>346,5</b>	<b>11,55</b>

	UE	Std.	ECTS
<b>Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung</b>			
<b>Grundlagen aus Medizin und Psychologie</b>			
<b>Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen</b>	80	60	2
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomie und Physiologie (Grundkenntnisse u. a. Bewegungsapparat mit Gelenken, Funktionsketten, Faszien, Neuroendokrinologie, Psycho-Immunologie, Atemmechanik, Herz-Kreislauf-Regulation)</li> <li>• Wesentliche weitere Organsysteme (Verdauung, Niere, Nervensystem inkl. Sinnesorgane)</li> <li>• Gesunde Funktionsweise und ausgewählte stress-induzierte Krankheitsbilder (insbesondere stark prävalente chronische Erkrankungen einschl. chronischer Schmerzsyndrome)</li> <li>• Physiologische, neurobiologische und psychologische Erklärungsmodelle (Faszien, Bewegungskoordination, Atemkoordination, sensorisches Lernen)</li> <li>• Konzept der Mind-Body-Medizin und Relaxation Response</li> <li>• Bio-psychosoziales Modell einschließlich Salutogenese</li> <li>• Neurobiologie von Meditation</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktueller Stand der Grundlagen- und klinischen Forschung zu Yoga einschließlich āsana, prānāyāma und Meditation</li> <li>• Relevante Aspekte aus dem psychologischen, neurowissenschaftlichen und sportmedizinischen Bereich</li> <li>• Aufbauend auf den Basic-Inhalten Vertiefung medizinischer Grundlagen in Bezug auf Schwerpunkte der Ausbildungsschule und in Bezug auf aktuelle Forschungsergebnisse</li> </ul>	60	45	1,5
<b>Grundlagen aus der Psychologie</b>	40	30	1
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikation, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Gesprächsführung für Yogalehrende</li> <li>• Grundlagen der Didaktik und Methodik, motivationelles Handeln, psychologische und pädagogische Grundlagen menschlichen Erlebens und Verhaltens (Lernen, soziale Prozesse), der Instruktion und Schulung</li> <li>• Transtheoretisches Modell der Verhaltensänderung</li> <li>• Grundsätzliche Aspekte von Edukation im Kontext von Erkrankungen</li> <li>• Aufbauend auf den Basic-Inhalten: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rolle und Verantwortung im LehrerInnen-SchülerInnen-Verhältnis</li> </ul> </li> </ul>			

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Kenntnisse bezüglich psychischer Erkrankungen im Kontext von Yoga-Unterricht und -Praxis</li> <li>· Umgang mit persönlichen Krisen</li> </ul>			

### Philosophie

Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga

<ul style="list-style-type: none"> <li>· Philosophische und historische Quellen und Bezüge des Yoga, insbesondere relevanter historischer Yoga-Texte</li> <li>· Ethik: yama und niyama</li> <li>· Wesentliche Schulen und Zweige der Yoga-Geschichte</li> <li>· Ethik in Beruf und Alltag</li> <li>· Aufbauend auf den Basic-Inhalten: <ul style="list-style-type: none"> <li>· Berufsethische Richtlinien des BDYoga</li> <li>· Vertieftes Studium von traditionellen Yoga-Texten (z. B. Veden, Upanishaden, Vedanta, Sankhya, Yoga-Sūtra, Bhagavadgīta, Tantrismus und Hatha-Yoga-Schriften) mit dem Schwerpunkt der Selbstreflexion und der Resilienz in Alltag und Unterricht</li> <li>· Yoga in Bezug zum westlichen Menschenbild (Vergleiche Berufsethische Richtlinien, Punkt 2 – »Jeder Mensch wird in seiner unverwechselbaren Persönlichkeit und sozio-biografischen Einmaligkeit respektiert und ernstgenommen.«)</li> <li>· Unterschiede und Parallelen zu westlicher Philosophie, Mystik und Weltreligionen</li> <li>· Auseinandersetzung mit dem Begriff Esoterik</li> <li>· Sanskritgrundlagen</li> </ul> </li> </ul>	170	127,5	4,25
--	-----	-------	------

### Pädagogik: Grundlagen der Didaktik und Methodik

Didaktik und Methodik des Yoga-Unterrichts, Planung und Analyse von Stunden und Kursen, teilnehmerorientiertes Unterrichten, Umgang mit Gruppen, Beobachtung und Korrektur, Stimme, Sprache

<ul style="list-style-type: none"> <li>· Vermittlungstechniken in Theorie und Praxis</li> <li>· Grundlagen der Didaktik und Methodik, motivationelles Handeln, psychologische und pädagogische Grundlagen menschlichen Erlebens und Verhaltens (Lernen, soziale Prozesse), der Instruktion und Schulung</li> <li>· Grundlegende Aspekte von Stresserleben in Bezug auf die Didaktik</li> <li>· Grundsätzliche Aspekte von Edukation im Kontext von Erkrankungen</li> <li>· Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> <li>· Aufbauend auf den Basic-Inhalten:</li> </ul>	90	67,5	2,25
--	----	------	------

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>· Langfristige, lernzielorientierte Unterrichtsplanung zur Unterstützung nachhaltiger Entwicklungsprozesse</li> <li>· Motivationsstrategien für Kursteilnehmende</li> <li>· Schulung der Lehrerpersönlichkeit durch die Weiterentwicklung der kognitiven, pädagogischen, emotionalen und personalen Lernkompetenzen, z.B. in Bezug auf Gruppendynamik, Beobachtung und Korrektur, Stimme, Sprache, Selbsterkenntnis etc.</li> </ul>			
<b>Gesundheitsförderung und Prävention</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Strategie und Handlungsfelder der Gesundheitsförderung</li> <li>· Konzepte von Gesundheit und Krankheit</li> <li>· Einbettung in die Traditionelle Indische Medizin, Aspekte des Ayurveda</li> </ul>	40	30	1
<b>Berufskunde</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Berufsbild und Berufsfelder</li> <li>· Existenzgründung</li> <li>· Finanzplanung</li> <li>· Marketing</li> </ul>	13,3	10	0,3
<b>Präsenz und Fern-, Selbst- oder Onlineschulung gesamt</b>	<b>493,3</b>	<b>370,0</b>	<b>12,3</b>
<b>Gesamt</b>	<b>955,2</b>	<b>716,4</b>	<b>23,9</b>

### 3. Kursleitererfahrung

Im Rahmen der Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU sind nach 2,5 Jahren und 491,5 Stunden die fachlichen Mindeststandards für Hatha-Yoga des Leitfadens Prävention des GKV-Spitzenverbands in der Fassung vom September 2021 erfüllt.

Zwei externe Lehrproben und eine interne Lehrprobe jeweils im Umfang von 90 Minuten (Gesamt 4, 5 h) werden als Kursleitererfahrung im Sinne des Leitfadens Prävention und den Kriterien zur Zertifizierung von Kursangeboten in der individuellen verhaltensbezogenen Prävention nach § 20 Abs. 4 Nr. 1 SGB in der Fassung vom September 2021 gezählt.

### 4. Selbstlernzeiten

In den Selbstlernzeiten der Yoga-Lehrausbildung BDY/EYU fallen noch etwa 100 UE zusätzlich an. Hierzu zählen z.B. das Verfassen der Abschlussarbeit sowie das Vor- und Nachbereiten von Lehrproben und Seminaren.

## 5. Zuordnung der Inhalte zu den Kompetenzen

Fachpraktische Kompetenz (ausschließlich in Präsenz):

- Hatha-Yoga
- Meditation
- Medizin
- Unterrichtspraktikum

Fachwissenschaftliche Kompetenz (Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung):

- Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen
- Grundlagen aus Medizin und Psychologie: medizinische Grundlagen, naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen, Psychologie
- Philosophie
- Pädagogik: Grundlagen der Didaktik und Methodik

Fachübergreifende Kompetenz (Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung):

- Gesundheitsförderung und Prävention
- Berufskunde

## 6. Verteilung der Unterrichtszeiten auf Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung

Fachpraktische Kompetenz:

Die Lerninhalte der Fachpraktischen Kompetenz im Umfang von 461,9 UE sind ausschließlich im Präsenzunterricht zu unterrichten.

Fachwissenschaftliche und Fachübergreifende Kompetenz:

Von den Lerninhalten der Fachübergreifenden und Fachwissenschaftlichen Kompetenzen im Umfang von 493,3 UE müssen mindestens 338,1 UE im Präsenzunterricht erteilt werden.\*

155,3 UE können auch durch Fern-, Selbst- oder Onlineschulungen abgedeckt werden. Die Verteilung der Präsenz- und Selbststudienzeiten in den einzelnen Fächern bestimmen die BDYoga-Ausbildungsschulen im Rahmen ihres schuleigenen Lernplans.

## Teil 4: Rahmenrichtlinien für die Yoga-Lehrausbildung Basic BDY

### 1. Leitlinien

Yoga wirkt auf körperlicher, emotionaler, mentaler und geistig-spirituelle Ebene.

Diese Wirkungen lassen sich durch regelmäßiges Üben und den persönlichen und unmittelbaren Kontakt zwischen Lehrenden und Lernenden erfahren.

Dabei sind die sozialen, pädagogischen und personalen Kompetenzen von Lehrpersonen für die Qualität des Unterrichts entscheidend.

Yoga ist damit ein ganzheitlicher Übungs- und Erfahrungsweg, der die Übenden zu einem besseren Umgang mit den Anforderungen und Herausforderungen des Lebens befähigt und eine Entwicklung zu mehr innerem Frieden ermöglicht.

---

\* Mit den 461,9 UE der fachpraktischen Kompetenz und den mindestens 338,1 UE Präsenzunterricht der fachwissenschaftlichen und fachübergreifenden Kompetenzen werden die vom BDYoga vorgeschriebenen 800 UE Präsenzunterricht erreicht.

## 2. Rahmenrichtlinien Basic BDY

	UE	Std.	ECTS
<b>Präsenz</b>			
<b>Hatha-Yoga</b>			
Āsana, kārana/vinyāsa, prānāyāma, Meditation, traditionsspezifische Inhalte, Entspannung und Körperwahrnehmung			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit vertiefter Selbsterfahrung und Schulung in Anleitung und Beratung</li> <li>• Generelle Kenntnisse und Praxis zu den drei Bereichen sowie Kompetenz des Yoga für Gesunde</li> <li>• Vermittlung der wesentlichen āsana in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Techniken des prānāyāma mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen</li> <li>• Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung</li> </ul>	192	144	4,8
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation bei gesundheitlichen Einschränkungen und häufigen Beschwerdebildern</li> <li>• Kenntnisse häufiger Beschwerdebildern, wie z.B. <ul style="list-style-type: none"> <li>• chronische Rücken-, Nacken-, Kopfschmerzen</li> <li>• Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises (autoimmunbedingt, verschleißbedingt</li> <li>• Stoffwechselstörung mit rheumatischen Beschwerden rheumatischen Beschwerdebildern im Bereich der Muskulatur und Sehnen, chronischen Knochenerkrankungen)</li> <li>• chronische neurologische Erkrankung (Migräne, Multiple Sklerose, Mb. Parkinson)</li> <li>• Fatigue bei Krebserkrankungen</li> <li>• Bluthochdruck</li> <li>• Herzkreislauferkrankung</li> <li>• Chronische Beeinträchtigung des Atmungssystem z.B. Asthma bronchiale</li> <li>• Chronische Darmerkrankung</li> <li>• Chronische Augenerkrankung</li> <li>• Kenntnisse über Schmerzmechanismen und unterschiedliche Schmerzformen (akut, rezidivierend, chronisch)</li> </ul> </li> <li>• Kenntnisse spezifischer Wirkungen von āsana, prānāyāma und Meditation und deren Kontraindikationen in Bezug auf häufige Beschwerdebilder</li> <li>• Anleitung und Beratung unter Berücksichtigung</li> </ul>	80	60	2

	UE	Std.	ECTS
funktioneller Auffälligkeiten und Bewegungsbeeinträchtigungen sowie individuelle Anpassung an die Möglichkeiten und Bedürfnisse <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> </ul>			
<b>Medizin</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aspekte von und Interaktion mit Ernährung</li> </ul>	6,7	5	0,2

### Meditation

Verschiedene Meditationsformen, Yoga-Meditation nach klassischen Texten

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wesentliche Meditationstechniken mit Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen</li> </ul>	33,3	25	1
--	------	----	---

### Unterrichtspraktikum (praktische Lehrprobe)

Beim Unterrichtspraktikum werden von den Auszubildenden fünf Lehrproben gehalten. Dazu kommt die verpflichtende Teilnahme an mindestens 20 von anderen Auszubildenden gehaltenen Lehrproben. In diesem Unterrichtsfach erfolgt die Schulung in Anleitung und Beratung von Yoga-Kursteilnehmenden in der konkreten praktischen Umsetzung von Yoga-Unterricht. Die Auszubildenden legen dafür jeweils einen in Hausarbeit selbst erstellten Unterrichtsentwurf vor, in dem die Inhalte der Stunde, ihre Didaktik und Methodik sowie der Ablauf der Stunde erläutert werden. Die Lehrproben werden dann von den Auszubildenden gehalten und in einer moderierten Nachbesprechung von einer YogalehrerIn BDY/EYU begutachtet. Im Unterrichtspraktikum wird die praktische Umsetzung von Didaktik und Methodik in Bezug auf folgende Inhalte vermittelt:

	UE	Std.	ECTS
<b>Yoga-Praxis</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit vertiefter Selbsterfahrung und Schulung in Anleitung und Beratung</li> <li>• Generelle Kenntnisse und Praxis zu den drei Bereichen sowie Kompetenz des Yoga für Gesunde</li> <li>• Vermittlung der wesentlichen āsana in Theorie und Praxis (ggf. Verwendung von Hilfsmitteln) sowie ihrer möglichen spezifischen Wirkungen, möglichen Verletzungsrisiken, Hauptwirkungen und Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Techniken des prānāyāma mit spezifischen Wirkungen, möglichen Nebenwirkungen, Kontraindikationen</li> <li>• Wesentliche Meditationstechniken mit Hauptwirkungen, möglichen Nebenwirkungen und Kontraindikationen</li> </ul>	30	22,5	0,75

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mögliche Interaktionen und Synergien mit anderen Techniken der Entspannung, Spannungsregulation, Bewegung</li> <li>• Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> </ul>			
<b>Yoga-Praxis bei Beschwerdebildern</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yoga-Praxis bezüglich āsana, prānāyāma, Meditation mit Schulung in Anleitung und Beratung bei gesundheitlichen Einschränkungen und häufigen Beschwerdebildern wie zum Beispiel chronische Rücken-, Nacken-, Kopfschmerzen, Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises, chronische neurologische Erkrankung (Migräne, Multiple Sklerose, Mb. Parkinson), Fatigue bei Krebserkrankungen, Bluthochdruck</li> <li>• Herz-Kreislaufkrankung, chronische Beeinträchtigung des Atmungssystem z. B. Asthma bronchiale, chronische Darmerkrankung, chronische Augenkrankung</li> </ul>	20	15	0,5
<b>Präsenz gesamt</b>	<b>362</b>	<b>271,5</b>	<b>9</b>
<b>Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung</b>			
<b>Grundlagen aus Medizin und Psychologie</b> <b>Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anatomie und Physiologie (Grundkenntnisse u. a. Bewegungsapparat mit Gelenken, Funktionsketten, Faszien, Neuroendokrinologie, Psycho-Immunologie, Atemmechanik, Herz-Kreislauf-Regulation)</li> <li>• Wesentliche weitere Organsysteme (Verdauung, Niere, Nervensystem inkl. Sinnesorgane)</li> <li>• Gesunde Funktionsweise und ausgewählte stress-induzierte Krankheitsbilder (insbesondere stark prävalente chronische Erkrankungen einschl. chronischer Schmerzsyndrome)</li> <li>• Physiologische, neurobiologische und psychologische Erklärungsmodelle (Faszien, Bewegungskoordination, Atemkoordination, sensorisches Lernen)</li> <li>• Konzept der Mind-Body-Medizin und Relaxation Response</li> <li>• Bio-psychosoziales Modell einschließlich Salutogenese</li> <li>• Neurobiologie von Meditation</li> </ul>	80	60	2

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktueller Stand der Grundlagen- und klinischen Forschung zu Yoga, einschließlich āsana, prānāyāma und Meditation</li> <li>• Relevante Aspekte aus dem psychologischen, neurowissenschaftlichen und sportmedizinischen Bereich</li> </ul>	40	30	1
<b>Grundlagen aus der Psychologie</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommunikation, Selbst- und Fremdwahrnehmung, Gesprächsführung für Yogalehrende</li> <li>• Grundlagen der Didaktik und Methodik, motivationelles Handeln, psychologische und pädagogische Grundlagen menschlichen Erlebens und Verhaltens (Lernen, soziale Prozesse), der Instruktion und Schulung</li> <li>• Transtheoretisches Modell der Verhaltensänderung</li> <li>• Grundsätzliche Aspekte von Edukation im Kontext von Erkrankungen</li> </ul>	20	15	0,5
<b>Philosophie</b>			
Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Philosophische und historische Quellen und Bezüge des Yoga, insbesondere relevanter historischer Yoga-Texte</li> <li>• Ethik: yama und niyama</li> <li>• Wesentliche Schulen und Zweige der Yoga-Geschichte</li> </ul>	80	60	2
<b>Pädagogik: Grundlagen der Didaktik und Methodik</b>			
Didaktik und Methodik des Yoga-Unterrichts, Planung und Analyse von Stunden und Kursen, teilnehmerorientiertes Unterrichten, Umgang mit Gruppen, Beobachtung und Korrektur, Stimme, Sprache			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermittlungstechniken in Theorie und Praxis</li> <li>• Grundlagen der Didaktik und Methodik, motivationelles Handeln, psychologische und pädagogische Grundlagen menschlichen Erlebens und Verhaltens (Lernen, soziale Prozesse), der Instruktion und Schulung</li> <li>• Grundlegende Aspekte von Stresserleben in Bezug auf die Didaktik</li> <li>• Grundsätzliche Aspekte von Edukation im Kontext von Erkrankungen</li> <li>• Spezifische Aspekte hinsichtlich verschiedener Lebenslagen von Teilnehmenden (z. B. Schwangerschaft, Alter)</li> </ul>	20	15	0,5
<b>Gesundheitsförderung und Prävention</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategie und Handlungsfelder der Gesundheitsförderung</li> </ul>	40	30	1

	UE	Std.	ECTS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konzepte von Gesundheit und Krankheit</li> <li>• Einbettung in die Traditionelle Indische Medizin, Aspekte des Ayurveda</li> </ul>			
<b>Berufskunde</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berufsbild und Berufsfelder</li> <li>• Existenzgründung</li> <li>• Finanzplanung</li> <li>• Marketing</li> </ul>	13,3	10	0,4
<b>Präsenz und Fern-, Selbst- oder Onlineschulung gesamt</b>	<b>293,1</b>	<b>220,0</b>	<b>7,4</b>
<b>Gesamt</b>	<b>655,1</b>	<b>491,5</b>	<b>16,4</b>

### 3. Zuordnung der Inhalte zu den Kompetenzen

Fachpraktische Kompetenz (ausschließlich in Präsenz):

- Hatha-Yoga
- Meditation
- Medizin
- Unterrichtspraktikum

Fachwissenschaftliche Kompetenz (Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung):

- Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen
- Grundlagen aus Medizin und Psychologie: medizinische Grundlagen, naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen, Psychologie
- Philosophie
- Pädagogik: Grundlagen der Didaktik und Methodik

Fachübergreifende Kompetenz (Präsenz und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung):

- Gesundheitsförderung und Prävention
- Berufskunde

### 4. Verteilung der Unterrichtszeiten auf Präsenz- und Fern-, Selbst- oder Online-Schulung

Fachpraktische Kompetenz:

Die Lerninhalte der Fachpraktischen Kompetenz im Umfang von 362 UE sind ausschließlich im Präsenzunterricht zu unterrichten.

Fachwissenschaftliche und fachübergreifende Kompetenz:

Von den Lerninhalten der fachübergreifenden und fachwissenschaftlichen Kompetenzen im Umfang von 293,3 UE müssen mindestens 138 UE im Präsenzunterricht erteilt werden.\*

155,3 UE können auch im Selbststudium abgedeckt werden. Die Verteilung der Präsenz- und Selbststudienzeiten in den einzelnen Fächern bestimmen die BDYoga-Ausbildungsschulen.

\* Mit den 362 UE der fachpraktischen Kompetenz und den mindestens 138 UE Präsenzunterricht der fachwissenschaftlichen und fachübergreifenden Kompetenzen werden die vom BDYoga vorgeschriebenen 500 UE Präsenzunterricht erreicht.

## Teil 5: DozentInnenqualifikationen für alle BDYoga-anerkannten Ausbildungen

### Hatha-Yoga

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### Alternativ

- eine mindestens 5-jährige Hatha-Yoga-Lehrerfahrung
- 

### Meditation

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 5-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### Alternativ

- mindestens 5-jährige Erfahrung in Meditations-Lehrtätigkeit sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
- 

### Medizinische Grundlagen

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich
- berufliche Tätigkeit mit medizinischem Schwerpunkt

#### Alternativ

- eine medizinische oder vergleichbare Berufsausbildung mit mehrjähriger Lehr-/Berufserfahrung sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
- 

### Psychologie

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich
- berufliche Tätigkeit mit Schwerpunkt Psychologie

#### Alternativ

- Psychologie-Studium oder eine vergleichbarere Ausbildung sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
- 

### Geschichte, Philosophie und Quellentexte des Yoga

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung in relevanten Fachbereichen
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### Alternativ

- mehrjährige philosophische Lehrtätigkeit in der Erwachsenenbildung oder ein Studienabschluss in Philosophie, Indologie etc. sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
-

### **Yoga in Bezug zum westlichen Welt- und Menschenbild**

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### *Alternativ*

- eine mehrjährige Lehrtätigkeit in Philosophie oder ein Studienabschluss in Philosophie, Ethik etc. sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
- 

### **Unterrichtsgestaltung**

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- mindestens 5-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### *Alternativ*

- eine pädagogische Ausbildung mit nachgewiesenem Schwerpunkt Methodik/Didaktik in der Erwachsenenbildung sowie eine mindestens 3-jährige Yoga-Praxis
- 

### **Berufskunde**

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
- Weiterbildung in diesem Themenbereich

#### *Alternativ*

- Berufsausbildung oder eine mehrjährige Tätigkeit im Bereich Existenzgründung, Unternehmensberatung, Steuerberatung und vergleichbaren Berufsfeldern oder eine dementsprechende Berufsausbildung sowie mindestens 3-jährigen Bezug zum Berufsfeld Yoga
- 

### **Unterrichtspraktikum**

- Titel »Yogalehrerin BDY/EYU« bzw. »Yogalehrer BDY/EYU«
  - mindestens 3-jährige Unterrichtserfahrung als YogalehrerIn
  - Weiterbildung in diesem Themenbereich
  - schulinterne ModeratorInnen-Tätigkeit bzw. die BDYoga-ModeratorInnen-Qualifikation
-

## BDYoga – Haltung, die bewegt

Als der maßgebliche Verband der Branche ist der Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e. V. (kurz: BDYoga) seit über 50 Jahren etabliert:

- Er vertritt die berufspolitischen Interessen der Yogalehrenden gegenüber Politik, Verwaltung und Gesundheitswesen.
- In Aus- und Weiterbildung setzt er die Qualitätsstandards.
- Seinen Mitgliedern gibt der BDYoga Rückhalt und Orientierung in allen berufs- und fachspezifischen Fragen.

Die berufsethischen Richtlinien und Qualitätsvorgaben des BDYoga stehen für seine Haltung und Klarheit, die gesellschaftliche Anerkennung des Yoga auf allen Ebenen zu bewegen.

Der BDYoga ist weltanschaulich neutral und berufliche Heimat für Yogalehrende unterschiedlicher Traditionen und Stile. Als Netzwerker, Impulsgeber und Ansprechpartner unterstützt er seine Mitglieder im Berufsalltag; er ermöglicht ihnen, auf dem aktuellen Wissensstand zu bleiben und die wachsenden Anforderungen zu bedienen. Indem er eindeutig Position in der professionellen Ausgestaltung des Berufs bezieht, grenzt er qualitativ ab, ohne andere auszugrenzen.

Der BDYoga bietet deutschlandweit eine vierjährige Yoga-Lehrausbildung mit dem Abschluss »YogalehrerIn BDY/EYU« an sowie eine zweijährige Yoga-Lehrausbildung mit dem Abschluss »YogalehrerIn Basic BDY«.

Die Rahmenrichtlinien beider Ausbildungen entsprechen den fachlichen Mindeststandards des GKV-Leitfadens Prävention für Hatha-Yoga-Kursleitungen.





**Berufsverband der Yogalehrenden  
in Deutschland e. V. (BDYoga)**

Bürgerstraße 44  
37073 Göttingen

Tel. 0551 797744-0 • Fax 0551 797744-66  
info@yoga.de • www.yoga.de

*Geschäftszeiten*

Montag – Donnerstag 9 – 12.30 Uhr, 13.30 – 16 Uhr  
Freitag 9 – 15 Uhr