



# BDY-Weiterbildung 2018

## Gesundheit

# Inhalt

	Vorwort	Seite 3
W01	Joachim Aich – <b>Beweglicher Körper – bewegliche Stimme</b>	Seite 4
W02	Barbara Nagel – <b>Ayurvedische Prinzipien im Yoga-Unterricht</b>	Seite 5
W03	Peter Greve – <b>Yoga und das Bewegungssystem</b>	Seite 6
W04	Renate Rohrmoser – <b>Klassisches prānāyāma</b>	Seite 8
W05	Dr. Bettina Knothe – <b>Yoga und die Neurobiologie des Glücks</b>	Seite 9
W06	Alexander Peters – <b>Faszination Ayurveda</b>	Seite 10
W07	Jutta Bachmeier-Mönnig – <b>Prānāyāma als Weg in die Stille</b>	Seite 12
W08	Claudia Hohneck und Rainer Scheuer – <b>Basiswissen psychische Erkrankungen</b>	Seite 13
W09	Susanne Bohrmann-Fortuzzi – <b>Stimme und Persönlichkeit</b>	Seite 14
W10	Eva Hager-Forstenlechner – <b>Spiraldynamik und Yoga: Gesunde Wirbelsäule</b>	Seite 15
W11	Vivek Nath – <b>Shiva-Sutra (Erstes Kapitel) – Der Yoga des Höchsten Bewusstseins</b>	Seite 16
	<b>Übersicht</b>	Seite 18
W12	Dr. phil. Eckard Wolz-Gottwald – <b>Die hohe Schule der Yoga-Philosophie</b>	Seite 20
W13	Martin Henniger – <b>Yoga als integrale Lebenspraxis</b>	Seite 21
W14	Peter Greve – <b>»Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen im Yoga</b>	Seite 22
W15	Dr. Ronald Steiner – <b>Alignment – Ausrichtung auf das Lebendige</b>	Seite 23
W16	Dr. Günter Niessen – <b>Anatomierepetitorium – relevante, funktionelle Anatomie</b>	Seite 24
W17	Katja Kellner – <b>Verbesserte Koordination durch die Inspiration der Spiraldynamik</b>	Seite 25
W18	Dr. med. Sabine Stannat – <b>Innere Erkrankungen – Vertiefe Dein Wissen</b>	Seite 26
W19	Rita Ziller – <b>Yoga und Krebserkrankung</b>	Seite 28
W20	Melanie Wein – <b>Yoga in der Schwangerschaft sowie während und nach der Geburt</b>	Seite 29
W21	Ulrich Fritsch – <b>GemeinwohlYoga: Ein Weg zur Selbstermächtigung</b>	Seite 30
W22	Katharina Meinhard – <b>MBSR – ein Weg, den Alltagsstürmen zu begegnen</b>	Seite 31
W23	Gisela Bosrup – <b>Yoga Nidra. Der wache Schlaf</b>	Seite 32
W24	Petra Will – <b>Ausbildung zur BDY-Moderatorin/zum BDY-Moderator</b>	Seite 34
	Geschäftsbedingungen	Seite 36
	Anmeldung   SEPA-Lastschriftmandat   Widerrufsformular	Seite 38

# Vorwort







Liebe Mitglieder und InteressentInnen,

prall gefüllt ist das Weiterbildungsprogramm für 2018, welches Sie nun in den Händen halten. Das Schwerpunktthema für dieses Jahr ist die Gesundheit. »Gesundheit und froher Mut, das ist des Menschen höchstes Gut«, so lautet ein deutsches Sprichwort. Frohen Mutes wagen wir uns nun an verschiedene Bereiche zu diesem Thema.

Die WHO definiert den Begriff der Gesundheit folgendermaßen: »Gesundheit ist ein Zustand völligen psychischen, physischen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Freisein von Krankheit und Gebrechen. Sich des bestmöglichen Gesundheitszustandes zu erfreuen, ist ein Grundrecht jedes Menschen ohne Unterschied der Rasse, der Religion, der politischen Überzeugung, der wirtschaftlichen oder sozialen Stellung.«

Im Ayurveda wird Gesundheit mit dem Begriff svastha beschrieben. Folgende Definition beschreibt svastha: »Ein Mensch wird gesund genannt, dessen Physiologie im Gleichgewicht ist, dessen Verdauung und Stoffwechsel gut arbeitet, dessen Gewebe und Ausscheidungsfunktionen normal funktionieren und dessen Seele, Geist und Sinne sich im Zustand dauerhaften, inneren Glücks befinden.« (Sushruta Samhita). Gesundheit kann also auf unterschiedlichen Ebenen erfahren, erlangt und stabilisiert werden. Daher haben wir uns diesem Thema auch aus unterschiedlichen Richtungen genähert.

Neben dem Schwerpunktthema, haben wir folgende Themenfelder wieder mit aufgenommen:

-  Schwerpunktthema 2018: Gesundheit
-  Feld 1: Yoga-Wissen vertiefen
-  Feld 2: Berufskompetenzen erweitern
-  Feld 3: Besondere Zielgruppen unterrichten
-  Feld 4: Horizonte öffnen
-  Feld 5: Train the Trainer



Wir hoffen, dass wir mit dem Mix aus Bewährtem und Neuem Ihr Interesse wecken, den Weiterbildungsbedürfnissen gerecht werden können und wünschen Ihnen ein anregendes und inspirierendes Weiterbildungsjahr 2018.

*Birte Urbanek*

Birte Urbanek  
Stellvertretender Vorstand

## Rückmeldebogen

Seit 2016 gibt es einen Rückmeldebogen zu den einzelnen Seminaren. Wir möchten an dieser Stelle darauf hinweisen, dass das Ausfüllen freiwillig ist. Wir freuen uns jedoch über jede Rückmeldung. Der Bogen hilft uns unter anderem zu erkennen, wo es in der Organisation noch professioneller werden kann. Außerdem erhalten wir Rückmeldungen zu den Seminarorten und der Organisation vor Ort.

## Seminarräume gesucht

Um unser Angebot neben der Qualität auch hinsichtlich der Kosten interessant zu gestalten, suchen wir immer wieder Seminarräume und Seminarhäuser. Sollten Sie über Räume verfügen, die für BDY Weiterbildungen geeignet sind und auch vermietet werden, würden wir uns freuen, wenn Sie sich per Mail in der Geschäftsstelle melden. Wichtige Informationen sind die Größe, eventuell vorhandene Hilfsmittel und die Erreichbarkeit.



### Referent

**Joachim Aich**, Studium der Kunstgeschichte, neueren Geschichte und Volkskunde; Fortbildung zum Hörfunkjournalisten an der Hörfunkakademie in Dortmund; Studium der Sprechwissenschaft und Sprecherziehung. Seit 1998 freier Sprecher im Ensemble des Deutschlandfunks. Seit 2000 Seminare und Einzelarbeit als Stimm- und Sprechtrainer für Journalisten in Hörfunk und Fernsehen, Führungskräfte, Lehrer und andere Menschen, die sich stimmlich und sprecherisch weiterentwickeln wollen. Lehrauftrag für Stimmbildung und Mediensprechen an der Universität Münster. Stimm- und Sprechdozent an der Theaterakademie in Köln.

Joachim Aich

## Beweglicher Körper – bewegliche Stimme

### Stimmpflege/Stimmgesundheit für Yogalehrende

W01

Gesundheit

Wer Yoga unterrichtet, ist sehr körperbewusst. Auch für die Atmung kennen Yogalehrende etliche Übungen. Und wo bleibt das Bewusstsein für die Stimme? Sie ist ein ebenso körperlicher Vorgang wie das Atmen. Mit der Ausatmung bringen wir die Stimmlippen zum Schwingen. Das kann sehr schöne Töne ergeben, die sich harmonisch und zwanglos zu Worten formen. Es kann aber auch zu einem Sprechen kommen, das dünn und resonanzlos, piepsig oder verhaucht klingt. So kann eine Distanz zu den Zuhörern oder den Yoga-Übenden entstehen. Eine sanfte Stimme wirkt dann leicht kraftlos.

Die Stimme ist im Unterricht vor allem ein Kommunikationsmedium. Wenn wir unterrichten, soll sie das Gesagte unterstützen, sie soll einladend sein, überall gut gehört werden. Ja, sie darf von Herzen kommen und zu Herzen gehen.

Ein Stimm- und Sprechtraining kann Yogalehrerinnen und Yogalehrern zu einer entspannteren, volleren und belastbareren Stimme verhelfen.

Ob in Übungsanweisungen, Meditationsworten oder im Kundengespräch: Wir können die Stimme gezielter einsetzen und uns alle wohler mit ihr fühlen.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	20.04. – 22.04.2018 Fr. 18 – So. 13.45 Uhr
<b>Ort</b>	Haus Maria in der Aue Tagungsstätte des Erzbistums Köln In der Aue 1 42929 Wermelskirchen
<b>Kosten</b>	320,- Euro für Mitglieder 420,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Veranstaltungstitel ein Abrufkontingent bis zum 05.03.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	16
<b>TN-Zahl</b>	maximal 12, minimal 9
<b>Anmeldefrist</b>	05.03.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Matten, Sitzkissen, bequeme Kleidung



### Referentin

**Barbara Nagel**, Yogalehrerin BDY/EYU, Diplom-Sozialpädagogin, International Yoga Teachers Course in Pondicherry/Indien. Langjährige Schülerin von R. Sriram. Weiterbildung in Yoga-Philosophie und Yoga-Therapie im Einzelunterricht bei R. Sriram. Ausbildung im indischen Tanz Bharata Natyam bei der Tänzerin Anjali Sriram. Ayurveda-Ausbildung bei Dr. Jeevan und Dr. Padmini. Gründung des Bewegungszentrums und eigener Yoga-Schule mit Gruppen- und Einzelunterricht. Referentin für Reisen und Seminare bei »Neue Wege Reisen« im In- und Ausland

## Barbara Nagel

### Ayurvedische Prinzipien im Yoga-Unterricht

Ayurveda und Yoga sprechen die Vielschichtigkeit der eigenen Person an und haben zum Ziel, die körperliche und geistige Gesundheit und somit die Lebensqualität zu verbessern.

Für den Yoga-Unterricht ist es sinnvoll, diese Verbindung zu nutzen, da sie uns wichtige Ergänzungen liefert. In diesem Seminar werden wir die Grundlagen von Ayurveda kennen lernen und besondere Aspekte herausarbeiten, die für den Unterricht wertvoll sind.

Dabei spannen wir immer wieder den Bogen zur Praxis und können so die gewonnenen Erkenntnisse aus Ayurveda in den Praxisstunden mit āsana sowie prānāyāma vertiefen.

#### Kursinhalt:

- Mahābhūta und die Tridoshlehre
- 20 gunas im Yoga und Ayurveda
- Dhātu: die sieben Gewebe
- Agni-Konzept: tiksna-manda-visama
- Mālā und agni
- Konzept von brmhana in Yoga und Ayurveda
- Konzept von langhana in Yoga und Ayurveda
- Themenorientierte Praxisstunden mit āsana, prānāyāma und Meditation

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	04.05. – 06.05.2018 Fr. 18 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Haus Klara Kloster Oberzell 2 97299 Zell am Main
<b>Kosten</b>	330,- Euro für Mitglieder 430,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Unterkunft und Vollpension für € 69,-/Tag)
<b>Übernachtung</b>	Seminar Teilnehmer buchen mit ihrer Anmeldung über den BDY ein Einzelzimmer im Veranstaltungshaus. Keine separate Buchung erforderlich. Hinweis: Nur als Gesamtpaket inklusive Übernachtung/Frühstück buchbar.
<b>UE</b>	18
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	05.03.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung

Peter Greve

## Yoga und das Bewegungssystem. Präventive und therapeutische Aspekte in Theorie und Praxis, 3-teiliges Seminar

W03

Viele Yoga-Praktizierende lernen Yoga mit Beeinträchtigungen oder Beschwerden am Bewegungssystem kennen und dann zu schätzen. Denn Yoga eröffnet vielfältige Möglichkeiten, solche Funktionen aktiv zu verbessern, die für die Gesundheit des Bewegungssystems von zentraler Bedeutung sind.

Welche Funktionen aber sind für das Bewegungssystem zentral? Und wie und woran können Yogalehrende erkennen, dass das Bewegungssystem nicht optimal funktioniert? Auf was für mögliche Störungsbilder deuten Beschwerden oder funktionelle Auffälligkeiten von Kursteilnehmenden hin? Auf welche Beschwerdebilder wirken Yoga-Praktizierende indirekt ein, wenn sie mittels Yoga aktiv Funktionen des Bewegungssystems verbessern? Nach welchen Kriterien können wir Yoga an die Möglichkeiten und Bedürfnisse von Teilnehmenden anpassen und welche verbalen oder taktilen Korrekturen und Hilfestellungen können wir dabei geben? Zudem: Welche Symptome und Zeichen sind Hinweise für eine ernsthafte Erkrankung, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen?

Das dreiteilige Weiterbildungsseminar verfolgt einerseits das Ziel, über die unten genannten Beschwerdebilder aufzuklären, zu informieren und theoretisches Wissen zu vermitteln. In den stärker gewichteten praktischen Seminaranteilen soll es darum gehen, wie wir als Yogalehrende Teilnehmende dabei unterstützen können, Funktionen des Bewegungssystems (wie Haltung, Beweglichkeit, Kraft, Koordination, Gleichgewicht, motorische Kontrolle, Gelenkstellungs- und Bewegungssinn) ihren Möglichkeiten entsprechend selbst zu verbessern. Das visuelle und taktile Erfassen von funktionellen Auffälligkeiten und Korrekturmöglichkeiten zur

Verbesserung der Yoga-Praxis soll demonstriert und in Partnerarbeit und angeleitetem Unterricht gelehrt und eingeübt werden.

### Teil I – Unterrichtsinhalte:

- Kopfschmerz (Migräne, Spannungskopfschmerz und zervikogene, vom Nacken herrührende Kopfschmerzen)
- Schwindel
- Nackenbeschwerden
- Akut blockierter Nacken
- Bandscheibenvorfall der Halswirbelsäule
- Beschwerden auf Höhe des Schulterblatts (Interscapularsyndrom)
- Kompressionssyndrome (Thoracic Outlet Syndrome, Karpaltunnelsyndrom)
- Verletzung der ischiokruralen Muskulatur (Hamstring Strain Injury)

### Teil II – Unterrichtsinhalte:

- Schultergelenkbeschwerden – Impingement-Syndrom (subakromiales Schmerzsyndrom), Schulterinstabilität, fibröse Schultersteife (Frozen Shoulder)
- Rückenschmerzen
- Lumbales Bandscheibensyndrom
- Lumbales Facettengelenksyndrom
- Bandscheibenvorfall der Lendenwirbelsäule
- Stenose
- Iliosakralgelenk (ISG)- Schmerzen und Dysfunktionen



### Referent

**Peter Greve**, Yogalehrer BDY/EYU, Physiotherapeut (BSc- & HP-Physiotherapie), Manualtherapeut – ist seit vielen Jahren als Yogalehrer und Physiotherapeut tätig. Darüber hinaus leitet er national und international Workshops und Seminare, die sich schwerpunktmäßig mit dem Bewegungssystem und Bewegung als einem (Heil)Mittel zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden befassen. Er ist Mitgründer der »Yogapraxis« in Berlin und unterrichtet in der dortigen BDY-Yoga-Lehrausbildung. Peter Greve war langjähriger Schüler von K. Pattabhi Jois.

### Teil III – Unterrichtsinhalte:

- Hüftdysplasie
- Arthrose von Hüft- und Kniegelenk
- Impingement der Hüfte
- Knie – Meniskusverletzungen
- Knie – vorderer Knieschmerz (Patellofemorales Syndrom)
- Veränderungen der Fußstatik (Knick-Senkfuß, Spreizfuß, Hallux valgus)

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	Teil I: 01.06. – 03.06.2018 Teil II: 24.08. – 26.08.2018 Teil III: 05.10. – 07.10.2018 jeweils Fr. 17 – So. 12.45 Uhr
<b>Ort</b>	Stephansstift Hannover Zentrum für Erwachsenenbildung Kirchröder Straße 44 30625 Hannover
<b>Kosten</b>	270,- Euro für Mitglieder 350,- Euro für Nichtmitglieder Preis gilt jeweils pro Seminarteil (inkl. Tagungsgetränke, Frühstück, Mittag- und Abendessen, sowie Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Bitte buchen Sie rechtzeitig.
<b>UE</b>	20 pro Seminarteil
<b>TN-Zahl</b>	maximal 24, minimal 14
<b>Anmeldefrist</b>	Teil I: 16.04.2018 Teil II: 27.07.2018 Teil III: 20.08.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Matte (Decke bei Bedarf)



#### Referentin

**Renate Rohmoser**, Yogalehrerin BDY/EYU, eigene Yoga-Praxis seit mehr als 30 Jahren, autorisiert von Dr. Shrikrishna und Einzelschülerin bei ihm seit 1994, Übersetzen und Begleitung seiner Seminare. Yoga-Therapie-Studium bei ayurvedischen und klassischen Ärzten, Psychologen, Yogalehrern und -Therapeuten des Kaivalyadhama-Instituts. Seit vielen Jahren Erfahrung im Einzel- und Gruppenunterricht, mit Seminaren, Fortbildungen für Yogalehrer. Schwerpunkte: prānāyāma, Meditation, Mantra-Rezitation, klassische āsana, Yoga-Philosophie, Yoga unter Berücksichtigung von Beschwerden.

Renate Rohmoser

## Klassisches prānāyāma – Das persönliche Spüren und Erleben von kriyā und prānāyāma als Hinführung zu dhāranā und dhyāna

W04

Gesundheit

Im Zentrum der Fortbildung steht die Atempraxis, das eigene Erfahren und Wahrnehmen, wobei die Betonung auf dem spirituellen Aspekt und dem persönlichen Erleben liegt. Die angeleitete präzise, klare Technik von prānāyāma und vorbereitenden kriyā wird individuell angepasst, korrigiert und in großer Achtsamkeit ausgeführt. Die Praxis geht Hand in Hand mit der Theorie, der Anatomie und der entsprechenden Philosophie aus klassischen Yoga-Schriften wie Yoga-Sutra, Upanishaden, Hatha-Yoga-Texten, Vijñāna Bhairava.

Voraussetzung: allgemein guter Gesundheitszustand

Um die bestmögliche Wirkung für jeden Teilnehmer zu erreichen, bitte das Seminar vollständig besuchen.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	10.05. – 13.05.2018 Do. 16 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Bildungsstätte Maria Rast Schönstattzentrum Josef-Kentenich-Weg 1 53881 Euskirchen
<b>Kosten</b>	350,- Euro für Mitglieder 455,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Bitte buchen Sie rechtzeitig.
<b>UE</b>	28
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	26.03.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung (evtl. große warme Decke)





### Referentin

**Bettina Knothe**, Dr. rer. nat., Diplom-Biologin, Yoga-  
lehrerin BDY/EYU, Mediatorin, Personal- und Business-  
Coach. Berufsbegleitende Fortbildungen zu Rhythmik in  
der gestalterisch-pädagogischen Praxis an der Akademie  
Remscheid für musische Bildung und Medienerziehung.

Dr. Bettina Knothe

## Yoga und die Neurobiologie des Glücks

Glück verbinden wir vielfach mit intensiven Gefühlszuständen. Hochgefühle, die sich plötzlich einstellen, aber ebenso schnell wieder verschwinden können. Glück – dahinter stecken Mythen wie »Glück muss man suchen«, »Um glücklich zu werden, muss man ganz viel ändern« oder »Glück hat man oder nicht – Pech gehabt«. Dass diese Mythen keineswegs zutreffen, das belegen mittlerweile viele neurobiologische Studien. Tatsächlich hat jeder Mensch ein für sich ganz spezielles Basisgefühl von Glück und – das beweist die eigene Lebenserfahrung – der Mensch ist in aller Regel nicht von Natur aus dauerhaft glücklich. Im Gegenteil, glückliche Momente werden oftmals argwöhnisch beäugt mit der Frage, wie lange das wohl Bestand hat. Noch dazu ist die Verhaltensgewohnheit im allgemeinen eher diejenige, auf das zu achten, was nicht gut läuft, statt das in den Vordergrund zu stellen, was gut gelingt. Das hat seine Vorteile, denn kritische Reflexion und der Wunsch, Dinge besser zu machen, lässt Lernprozesse entstehen und uns achtsam und vorsichtig durch unser Leben gehen.

Der Yoga hat negative Gefühle und die Macht, die wir ihnen geben, seit jeher im Blick. Das Yoga-Sutra des Patañjali unterscheidet und kategorisiert sie genau – und gibt ihnen auch einen Sinn: Wenn wir unsere Muster negativer Gefühle und Verzerrungen kennen, können wir sie im Sinne ihrer für uns ehemals überlebenswichtigen Funktion respektieren, schätzen und als persönliche Lern- und Entwicklungsfelder begreifen. Glücklich sein kann vor diesem Hintergrund also auf einer bewussten Entscheidung über die eigene innere Haltung zu Glück, Wohlbefinden und Zufriedenheit beruhen.

In dieser Fortbildung gehen wir unterschiedlichen Ansätzen der Glücksforschung nach. Yoga-Praxis, gruppenbezogene Arbeit und thematische Inputs beziehen sich auf die neurobiologischen Wechselwirkungen zwischen körperlicher und mentaler Ebene sowie auf achtsame Wahrnehmung als Basis für die Erfahrung und Etablierung einer inneren Ausrichtung von Wohlbefinden und Freude.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	06.07. – 08.07.2018 Fr. 17 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Institut für Yoga und Ayurveda Kadettenweg 62 12205 Berlin
<b>Kosten</b>	240,- Euro für Mitglieder 315,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Getränke und Snacks)
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 12, minimal 8
<b>Anmeldefrist</b>	21.05.2018

W05

Gesundheit

# Alexander Peters

## Faszination Ayurveda

W06

Gesundheit

In dieser dreiteiligen Seminarreihe, die 2018 mit Modul 1 beginnt, behandeln wir ausführlich die Grundlagen der Ayurveda-Medizin und ihre praktische Anwendbarkeit auf den Yoga-Gruppen- und Einzelunterricht.

Die Teilnehmer erwerben ein solides Verständnis der traditionellen Konzepte des Ayurveda und verstehen, wie Gesundheit und persönliche Entwicklung durch eine sinnvolle Verbindung von Yoga und Ayurveda aktiv gefördert werden können.

Die Sāmkhya-Philosophie bildet die gemeinsame Grundlage von Yoga und Ayurveda. Durch die Kenntnis dieser beiden indischen Wissenssysteme ist man gut aufgestellt, so wie man auch auf zwei Beinen einfach stabiler steht.

Der Unterricht ist didaktisch vielfältig und abwechslungsreich gestaltet und reicht von praktischen Übungen, PowerPoint-Vorträgen, Austausch in der Gruppe über Lernwiederholungen, Kleingruppenarbeit, Yoga-Praxis bis hin zu Hausaufgaben zum jeweils nächsten Seminar. Leichtes Lernen, das Freude macht.

### Modul 1

#### Grundlagen der Ayurveda-Medizin

- Einführung: Warum, was, wie?
- Philosophischer, spiritueller und kulturhistorischer Hintergrund
- Die klassischen Quelltexte des Ayurveda
- Übersicht Ayurveda als Medizinsystem und Besonderheiten
- Die Bedeutung der Philosophie-Systeme Sāmkhya und Vaisheshika
- Die fünf Elemente-Lehre
- Pathophysiologische Grundkonzepte
- Die Guna-Lehre: Das Spiel der Eigenschaften
- Die drei dosha: vāta, pitta und kapha
- Naturwissenschaft und Ayurveda im Vergleich
- Fallbeispiele und Hausaufgaben
- Angewandte Yoga-Praxis

### Modul 2

#### Kernkonzepte ayurvedischer Physiologie und Pathologie

- Tridosha: Milieu-steuernde Prinzipien
- Funktionelle Ayurveda-Anatomie: dosha, dhātu, mala, kriyā
- Ayurvedische Konzepte von Transport und Bewegung: srotas und marmas
- Ausscheidungsprozesse
- Verdauung, Stoffwechsel und Transformation



### Referent

**Alexander Peters**, Yogalehrer BDY/EYU, Heilpraktiker für Ayurveda und Yoga-Therapie DeGYT e.V.; leitet das »Gesundheitszentrum Sonne & Mond« in Berlin, wo unter anderem Yogalehrende BDY/EYU und TherapeutInnen in Ayurveda-Medizin ausgebildet werden; mehrjährige Tätigkeit als Yoga-Therapeut und wissenschaftlicher Mitarbeiter in der Abteilung Naturheilkunde/Hochschulambulanz der Charité; unter anderem Durchführung von Studien zur Wirksamkeit von Yoga und Ayurveda; langjähriger Schüler von Dr. Shrikrishna und R. Sriram.

- Differenzierte Anwendung der Dosha-Theorie
- Was ist Gesundheit? Wie entstehen Krankheiten? Agni und āma
- Ayurveda-Symptomatologie
- Fallbeispiele und Hausaufgaben
- Angewandte Yoga-Praxis

### Modul 3

#### Gesunde Lebensführung und Prävention im Ayurveda – swasthavrta

- Die individuelle Konstitution: prakrti und vikrti
- Gesundheitsförderliche Tagesabläufe - dinacharya
- Leben im Wandel der Jahreszeiten - rtucharya
- Regeneration von Psyche und Körper - sattvavajaya
- Bedeutung von Selbstwirksamkeit und Selbstfürsorge
- Salutogenese und Pathogenese
- Fallbeispiele und Hausaufgaben
- Angewandte Yoga-Praxis

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	15.06. – 17.06.2018 Fr. 19 – So. 14 Uhr
<b>Ort</b>	Hotel Grenzfall Ackerstraße 136 13355 Berlin
<b>Kosten</b>	205,- Euro für Mitglieder 270,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort BER150618 ein Abrufkontingent bis zum 04.05.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	18
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 12
<b>Anmeldefrist</b>	30.04.2018



### Referentin

**Jutta Bachmeier-Mönnig**, Yogalehrerin BDY/EYU unterrichtet seit 1997 innerhalb der Yoga-Lehrausbildung in eigener BDY-Schule. Themenschwerpunkte sind prānāyāma, Meditation, āsana, PYS und Ayurveda und Unterrichtsdidaktik. Im BDY aktiv als Moderatorin und Prüferin, drei Jahre Vorstandstätigkeit. Leitung von eigenen Indienreisen. Geprägt ist der Yoga-Unterricht von langjährigem, nahen Kontakt mit Dr. Shrikrishna; jede Praxis bereitet vor zur Stille und Meditation.

## Jutta Bachmeier-Mönnig Prānāyāma als Weg in die Stille

W07

Gesundheit

Prānāyāma ist das bewusste Regulieren und Vertiefen und schließlich das Bündeln des Atems, der Vitalenergie. Die hieraus folgenden Wirkungen bilden die Schlüsselerfahrungen für den Yoga, die Stille.

Wie kann dieser subtile Teil der Yoga-Lehre in das tägliche Üben von Yoga integriert werden? Welche körperlichen, mentalen und atembezogenen Vorbedingungen ermöglichen es dem Atem, frei zu fließen, und wie sind diese zu erreichen? Wie sieht ein stressfreies Basis-Atemmuster im Praktizieren von Prānāyāma-Techniken aus? Welche konkreten Wirkungen können durch das Üben von prānāyāma erwartet werden? Diese und weitere Fragen werden an diesem Wochenende zum Thema »prānāyāma« erörtert.

Es werden die Schritte praktiziert, die Erfahrungen der Stille ermöglichen. Prānāyāma-Techniken in feinsten Qualität auszuführen, ist eine Kunst und sie liegt in individuellster Art in jedem Üben vor.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	12.10. – 14.10.2018 Fr. 17 – So. 14 Uhr
<b>Ort</b>	Stephansstift Hannover Zentrum für Erwachsenenbildung, Kirchröder Straße 44 30625 Hannover
<b>Kosten</b>	300,- Euro für Mitglieder 390,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Frühstück, Mittag- und Abendessen, sowie Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Bitte buchen Sie rechtzeitig.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	27.09.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Matten, Sitzkissen bequeme Kleidung



### Referenten

**Claudia Hohneck**, Yogalehrerin BDY/EYU, Diplompsychologin, Schulleiterin »Yoga Institut Saarbrücken« (BDY-Ausbildungsschule), unterrichtet Yoga seit 1995, zunächst Vini-Yoga, seit 2010 auch Ashtanga-Vinyāsa-Yoga.

**Rainer Scheuer**, Diplompsychologe, psychologischer Psychotherapeut, über 30 Jahre berufliche Tätigkeit in der Behindertenhilfe, neben Praxistätigkeit Supervisor und freiberuflicher Dozent, Dozent für Psychologie und Existenzgründung beim »Yoga Institut Saarbrücken«.

## Claudia Hohneck und Rainer Scheuer Basiswissen psychische Erkrankungen

Yoga verbindet Körper und Seele. Weil fast jede(r) von Yoga einen positiven Einfluss auf seelische Prozesse erwartet, nehmen auch Menschen an Yoga-Kursen teil, die aus der Perspektive der Psychiatrie und Psychotherapie erkrankt sind. Für Yogalehrende kann die Auseinandersetzung mit Modellen der psychischen Erkrankung eine Ergänzung der eigenen Fachlichkeit bilden und dabei helfen, Verhalten anders einzuordnen, Grenzen zu setzen und gegebenenfalls auf externe Hilfen zu verweisen.

### Inhalte:

- Darstellung der grundlegenden Systematik zu psychiatrischen Krankheitsbildern
- Theorien zur Entstehung und Aufrechterhaltung von psychischer Erkrankung
- Physiologische Modelle
- Lerntheoretische Modelle
- Tiefenpsychologische Modelle
- Psychische Erkrankungen: Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Yoga und Psychotherapie
- Praxisbezug über Fallbesprechungen

Zwischen den Theorieteilern findet Yoga-Praxis statt.

### Methoden:

- Impulsreferate
- Videos
- Diskussion im Plenum
- Kollegiale Beratung

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	26.10. – 28.10.2018 Fr. 18 – So. 12.30 Uhr
<b>Ort</b>	Haus Klara Kloster Oberzell 2 97299 Zell am Main
<b>Kosten</b>	330,- Euro für Mitglieder 430,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Unterkunft und Vollpension für € 69,-/Tag)
<b>Übernachtung</b>	Seminarteilnehmer buchen mit ihrer Anmeldung über den BDY ein Einzelzimmer im Veranstaltungshaus. Keine separate Buchung erforderlich. Hinweis: Nur als Gesamtpaket inklusive Übernachtung/Frühstück buchbar.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	27.08.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.



### Referentin

**Susanne Bohrmann-Fortuzzi**, Yogalehrerin BDY/EYU, Diplom-Gesangspädagogin sowie Gesangstherapeutin, widmet sich den Zusammenhängen von Körper, Atem, Geist und Stimme. Ihre Ausbildung zur Opern- und Konzertsängerin erhielt sie an der Hochschule für Musik »Hanns Eisler« in Berlin. Die schon vor dem Studium begonnene Yoga-Praxis mündete nach dem Gesangstudium in eine Yoga-Lehrausbildung. Eine Weiterbildung zur Gesangstherapeutin bei Carien Wijnen ermöglichte den Brückenschlag zwischen Yoga und Gesang.  
[www.susanne-bohrmann.de](http://www.susanne-bohrmann.de)

## Susanne Bohrmann-Fortuzzi

### Stimme und Persönlichkeit – individuelle Stimmentwicklung für Yogalehrende

W09

Gesundheit

Dieses Seminar wendet sich an Yogalehrende, die ihre Stimme für den Yoga-Unterricht weiterentwickeln möchten.

Die Arbeit bezieht sich sowohl auf die Sprechstimme als auch auf das Rezitieren von Mantras und das Tönen von Vokalen.

Da unsere Stimme einen wesentlichen Teil unserer Persönlichkeit ausmacht, werden wir uns im ersten Teil des Seminars mit dem Entdecken der Stimme als klingendes Instrument beschäftigen: dazu gehören Improvisationsarbeit, Klang- und Resonanzarbeit. Im zweiten Teil werden wir in Kleingruppen Yoga unterrichten und uns über die Wirkung unserer Stimmen gegenseitig austauschen. Die Teilnehmenden werden dazu eine kleine 20-minütige Yoga-Einheit vorbereiten, die auch ein Mantra enthält.

Im Wechsel zwischen Yoga-Praxis und Stimmarbeit kommen wir unserer Stimme näher und entwickeln ein Bewusstsein für das Zusammenspiel von Stimme und Persönlichkeit in Alltag und Beruf.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	02.11. – 04.11.2018 Fr. 18 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Rosenwaldhof Bergstraße 2 14550 Groß Kreutz (Havel)
<b>Kosten</b>	260,- Euro für Mitglieder 340,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen, Abendessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Veranstaltungstitel ein Abrufkontingent bis zum 05.03.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	18
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 9
<b>Anmeldefrist</b>	17.09.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Bequeme Kleidung; Yoga-Hilfsmittel sind vor Ort vorhanden



### Referentin

**Eva Hager-Forstenlechner** ist Expertin der Spiraldynamik und Iyengar-Yogalehrerin, Experienced Registered Yogateacher der Yoga Alliance (ERYT), Co-Autorin Medical Yoga und Medical Yoga Professional, Tänzerin und Juristin. Sie praktiziert seit 1987 Yoga und leitet Aus- und Fortbildungen in Spiraldynamik sowie Yoga-Lehrausbildungen. Mit ihrem Mann Ekkehard Hager führt sie das Spiraldynamik Center für Yoga und Bodymind in Salzburg/Österreich. [www.spiraldynamik-yoga.at](http://www.spiraldynamik-yoga.at)

## Eva Hager-Forstenlechner Spiraldynamik und Yoga: Gesunde Wirbelsäule: Vorbeugen/Drehungen/Rückbeugen

Im Yoga stecken mehrere tausend Jahre Körpererfahrung, Spiraldynamik dockt an die Evolutionsgeschichte an. Im Workshop werden ausgewählte āsana mit dem Fokus auf Vorbeugen, Drehhaltungen und Rückbeugen aus Sicht der Spiraldynamik beleuchtet. Ziel ist, ein besseres Verständnis für die anatomischen Zusammenhänge des menschlichen Körpers zu bekommen. Die Kenntnis des naturgegebenen Struktur- und Funktionsprinzips der Spiraldynamik ist eine unschätzbare Hilfe für die korrekte Ausführung der āsana aller Yoga-Stile. Im Zentrum des Workshops steht die Arbeit an sich selbst.

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	07.12. – 09.12.2018 Fr. 18 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Yogaschule Nordbayern Müllnerstraße 24 90429 Nürnberg
<b>Kosten</b>	240,- Euro für Mitglieder 315,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke und Snacks)
<b>UE</b>	17
<b>TN-Zahl</b>	maximal 18, minimal 9
<b>Anmeldefrist</b>	22.10.2018

W10

Gesundheit

Vivek Nath

## Shiva-Sutra (Erstes Kapitel)

### Der Yoga des Höchsten Bewusstseins

Der vedische sowie der spätere tantrische Gedanke betraf immerzu das eine Bewusstsein als die Quelle allen Lebens beziehungsweise als das Leben selbst. In Anbetracht all der Errungenschaften unserer modernen Zivilisation sind wir nun kaum mehr in der Lage, der großen Frage um das Bewusstsein auszuweichen, den Betrachter als solches aus dem großen Fragenkomplex auszuschließen. Mit dem Kaschmirischen Shivaismus haben wir nunmehr jene Philosophie, welche innerhalb der indischen Bewusstseinsphilosophien das Wunder des Lebens in seiner vollständigsten und erhabensten Form als das eine Bewusstsein Gottes zum Ausdruck bringt, der Yoga den es lehrt, als die Identifikation mit diesem.

Das Shiva-Sutra ist der wichtigste Grundlagentext dieser Schule. Nach einer Legende empfing Vāsugupta (860 – 925 n. Chr.) das Shiva-Sutra direkt von Shiva; seine Herkunft entstammt somit göttlicher Natur. Die einzelnen Leitfäden sind – wie in der Sutra-Literatur üblich – ohne die Kommentarliteratur schwer verständlich. Die zwei wichtigsten Kommentare sind zum einen von Abhinavaguptas Schüler Ksemarāja sowie von Bhāskara. Wir behandeln beide analog.

Das Shiva-Sutra enthält 77 Sutras. Die Aufteilung in drei Kapitel stellt jeweils die Modi der Bewusstseinsweitung dar, die drei upāyas oder Heilswege. Diese upāyas sind ein Modell, in welchem eine jede spirituelle Praxis unabhängig von ihrer Herkunft und ihrem Kontext erklärt werden kann. Diesbezüglich ist es ein ganz wunderbares Werkzeug für Yogalehrende.

Wir bieten das Studium des Shiva-Sutra als eine dreiteilige Seminar-Serie an, welche in diesem Jahr mit dem ersten Kapitel beginnt und in den zwei folgenden Jahren die anderen zwei Kapitel behandelt. Die Teilnahme aller drei Seminare ist zu empfehlen. Man kann sie jedoch auch einzeln besuchen, denn das Thema wird jeweils im Ganzen neu aufgegriffen.





### Referent

**Vivek Nath** ist deutsch-indischer Abstammung. Sein Wissen erwarb er zunächst in Indien: In Varanasi wurde er durch seinen Großonkel Sri Kausal Kishor Shrivastava in die spirituelle Wissenschaft eingeführt. Sein Sanskritstudium prägte vor allem Sri Vagisha Sastri, der zu den bedeutendsten Grammatikern Indiens zählt. Sein gegenwärtiges Schriftstudium betrifft den Kaschmirischen Shivaismus. Dr. Mark Dyczkowski begleitet ihn durch die tantrische Literatur. Vivek Nath ist zudem langjähriger Schüler von R. Sriram. In Deutschland unterrichtet er Yoga, Sanskrit, indische Philosophie und ist als vedischer Priester aktiv. [www.viveknath.de](http://www.viveknath.de)

Mit dieser dreiteiligen Seminarserie erwecken wir Sutra für Sutra unseren eigenen Geist auf seiner Reise von einer begrenzten Individualität hin zum grenzenlosen Erwachen eigener, wahrer, innerer Wesenheit.

Wir werden jeweils den Text studieren und rezitieren, meditieren und kontemplieren den Inhalt in sich weitenden Stilleübungen. Grundkenntnisse sind nicht erforderlich, ein umfangreiches Handout wird ausgeteilt. Wir freuen uns sehr, diesen für die gegenwärtige Zeit so wertvollen Text in der deutschen Sprache anbieten zu können.

Diese Einführungsseminare in den Kaschmirischen Shivaismus sind eine offene Einladung an alle, die eine der wunderbarsten Philosophien kennen lernen wollen.

<b>Zielgruppe</b>	Yoga-Interessierte
<b>Termin/Uhrzeit</b>	05.05. – 06.05.2018 Sa. 9 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Kunstraum Wild Amalienstraße 41 80799 München
<b>Kosten</b>	165,- Euro für Mitglieder 215,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Getränke und Snacks)
<b>UE</b>	16
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	19.03.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Sitzkissen oder Sitzhilfen (Matten sind vor Ort vorhanden)

W11

Yoga-Wissen vertiefen

## Übersicht

Termin	Seminar Seite	Angebot	ReferentIn	Veranstaltungsort
Januar 2018				
<b>26.01. – 28.01.</b>	<b>W24, Teil 1</b> Seite 34	Ausbildung zur BDY-Moderatorin/zum BDY-Moderator	<b>Petra Will</b>	<b>36037 Fulda</b>
Februar 2018				
<b>16.02. – 18.02.</b> Fr. 17– So. 12.45 Uhr	<b>W14</b> Seite 22	»Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen im Yoga	<b>Peter Greve</b>	<b>30625 Hannover</b>
März 2018				
<b>09.03. – 11.03.</b> Fr. 18 – So. 13 Uhr	<b>W21</b> Seite 30	GemeinwohlYoga: Ein Weg zur Selbstermächtigung – raus aus der Ohnmacht	<b>Ulrich Fritsch</b>	<b>64625 Bensheim</b>
<b>10.03. – 11.03</b> Sa. 08 – So. 17.30 Uhr	<b>W15</b> Seite 23	Alignment – Ausrichtung auf das Lebendige	<b>Dr. Ronald Steiner</b>	<b>89073 Ulm</b>
<b>16.03. – 18.03.</b> Fr. 17 – So. 13 Uhr	<b>W18, Teil 1</b> Seite 26	Innere Erkrankungen – Vertiefe Dein Wissen und setze es im Yoga-Unterricht erfolgreich um	<b>Dr. med. Sabine Stannat</b>	<b>37581 Bad Gandersheim</b>
April 2018				
<b>14.04. – 15.04.</b> Sa. 10 – So. 14 Uhr	<b>W22</b> Seite 31	MBSR – ein Weg, den Alltagsstürmen mit Mitgefühl und Weisheit zu begegnen	<b>Katharina Meinhard</b>	<b>12205 Berlin</b>
<b>20.04. – 22.04.</b> Fr. 18 – So. 13.45 Uhr	<b>W01</b> Seite 4	Beweglicher Körper – bewegliche Stimme Stimmpflege/Stimmgesundheit für Yogalehrende	<b>Joachim Aich</b>	<b>42929 Wermelskirchen</b>
<b>20.04. – 22.04.</b>	<b>W24, Teil 2</b> Seite 34	Ausbildung zur BDY-Moderatorin/zum BDY-Moderator	<b>Petra Will</b>	<b>36037 Fulda</b>
Mai 2018				
<b>04.05. – 06.05</b> Fr. 18 – So. 13 Uhr	<b>W02</b> Seite 5	Ayurvedische Prinzipien im Yoga-Unterricht	<b>Barbara Nagel</b>	<b>97299 Zell am Main</b>
<b>05.05. – 06.05.</b> Sa. 9 – So. 13 Uhr	<b>W11</b> Seite 16	Shiva-Sutra (Erstes Kapitel) Der Yoga des Höchsten Bewusstseins	<b>Vivek Nath</b>	<b>80799 München</b>
<b>10.05. – 13.05.</b> Do. 16 – So. 13 Uhr	<b>W04</b> Seite 8	Klassisches prānāyāma – Das persönliche Spüren und Erleben von kriyā und prānāyāma als Hinführung zu dhāranā und dhyāna	<b>Renate Rohrmoser</b>	<b>53881 Euskirchen</b>
Juni 2018				
<b>01.06. – 03.06.</b> Fr. 17 – So. 12.45 Uhr	<b>W03, Teil 1</b> Seite 6	Yoga und das Bewegungssystem. Präventive und therapeutische Aspekte in Theorie und Praxis	<b>Peter Greve</b>	<b>30625 Hannover</b>
<b>01.06. – 03.06.</b> Fr. 19 – So. 13 Uhr	<b>W23</b> Seite 32	Yoga Nidra. Der wache Schlaf – viel mehr als eine Entspannungsübung	<b>Gisela Bosrup</b>	<b>04107 Leipzig</b>
<b>09.06. – 10.06.</b> Sa. 9 – So. 14 Uhr	<b>W19</b> Seite 28	Yoga und Krebserkrankung	<b>Rita Ziller</b>	<b>13355 Berlin</b>
<b>15.06. – 17.06.</b> Fr. 19 – So. 14 Uhr	<b>W06</b> Seite 10	Faszination Ayurveda	<b>Alexander Peters</b>	<b>13355 Berlin</b>
<b>29.06. – 01.07.</b> Fr. 19 – So. 13 Uhr	<b>W20</b> Seite 29	Yoga in der Schwangerschaft sowie während und nach der Geburt	<b>Melanie Wein</b>	<b>88682 Salem-Tüfingen</b>
Juli 2018				
<b>06.07. – 08.07.</b> Fr. 17 – So. 13 Uhr	<b>W05</b> Seite 9	Yoga und die Neurobiologie des Glücks	<b>Dr. Bettina Knothe</b>	<b>12205 Berlin</b>

Termin	Seminar Seite	Angebot	ReferentIn	Veranstaltungsort
<b>06.07. – 08.07.</b>	<b>W24, Teil 3</b> Seite 34	Ausbildung zur BDY-Moderatorin/zum BDY-Moderator	<b>Petra Will</b>	<b>36037 Fulda</b>
<b>09.07. – 13.07.</b> Mo.10 – 17 Uhr Di. – Do. 9 – 17 Uhr, Fr. 9 – 14 Uhr	<b>W16</b> Seite 24	Anatomierepetitorium – relevante, funktionelle Anatomie für Yogalehrende	<b>Dr. Günter Niessen</b>	<b>30625 Hannover</b>
August 2018				
<b>24. – 26.08.</b> Fr. 17 – So. 12.45 Uhr	<b>W03, Teil 2</b> Seite 6	Yoga und das Bewegungssystem. Präventive und therapeutische Aspekte in Theorie und Praxis	<b>Peter Greve</b>	<b>30625 Hannover</b>
<b>31.08. – 02.09.</b> Fr. 19.30 – So. 13 Uhr	<b>W12</b> Seite 20	Die hohe Schule der Yoga-Philosophie. Die letzten beiden Kapitel der Yoga-Sutras	<b>Dr. phil. Eckard Wolz-Gottwald</b>	<b>30625 Hannover</b>
September 2018				
<b>14.09. – 16.09.</b> Fr. 19.30 – So. 13 Uhr	<b>W17</b> Seite 25	Verbesserte Koordination durch die Inspiration der Spiraldynamik	<b>Katja Kellner</b>	<b>86551 Aichach-Klingen</b>
<b>28.09. – 30.09.</b> Fr. 17 – So. 13 Uhr	<b>W18, Teil 2</b> Seite 26	Innere Erkrankungen – Vertiefe Dein Wissen und setze es im Yoga-Unterricht erfolgreich um	<b>Dr. med. Sabine Stannat</b>	<b>37581 Bad Gandersheim</b>
Oktober 2018				
<b>05. – 07.10.</b> Fr. 17 – So. 13.30 Uhr	<b>W03, Teil 3</b> Seite 6	Yoga und das Bewegungssystem. Präventive und therapeutische Aspekte in Theorie und Praxis	<b>Peter Greve</b>	<b>30625 Hannover</b>
<b>12.10. – 14.10.</b> Fr. 17 – So. 14 Uhr	<b>W07</b> Seite 12	Prānāyāma als Weg in die Stille	<b>Jutta Bachmeier-Mönnig</b>	<b>30625 Hannover</b>
<b>26.10. – 28.10.</b> Fr. 18 – So. 12.30 Uhr	<b>W08</b> Seite 13	Basiswissen psychische Erkrankungen	<b>Claudia Hohneck, Rainer Scheuer</b>	<b>97299 Zell am Main</b>
November 2018				
<b>02.11. – 04.11.</b> Fr. 18 – So. 13 Uhr	<b>W09</b> Seite 14	Stimme und Persönlichkeit – individuelle Stimmwicklung für Yogalehrende	<b>Susanne Bohrmann-Fortuzzi</b>	<b>14550 Groß Kreutz (Havel)</b>
<b>23.11. – 25.11.</b> Fr. 19 – So. 14 Uhr	<b>W13</b> Seite 21	Yoga als integrale Lebenspraxis	<b>Martin Henniger</b>	<b>50668 Köln</b>
Dezember 2018				
<b>07.12. – 09.12.</b> Fr. 18 – So. 13 Uhr	<b>W10</b> Seite 15	Spiraldynamik und Yoga: Gesunde Wirbelsäule: Vorbeugen/Drehungen/Rückbeugen	<b>Eva Hager-Forstenlechner</b>	<b>90429 Nürnberg</b>

Änderungen vorbehalten



### Referent

**Dr. phil. Eckard Wolz-Gottwald** lehrt Philosophie in der Yoga-Lehrausbildung an verschiedenen Schulen in Deutschland, Österreich und der Schweiz. Mit Angelika Beßler gründete er die BDY-Ausbildungsschule »Yoga-Akademie Münster-Osnabrück« ([www.ya-mo.de](http://www.ya-mo.de)). Einem breiteren Publikum bekannt wurde Eckard Wolz-Gottwald durch seine zahlreichen Bücher zur spirituellen Philosophie in Ost und West. Sein »Yoga-Philosophie-Atlas« gehört inzwischen zu den Standardwerken der Yoga-Philosophie.

Dr. phil. Eckard Wolz-Gottwald

## Die hohe Schule der Yoga-Philosophie.

## Die letzten beiden Kapitel der Yoga-Sutras

W12

Yoga-Wissen vertiefen

Die Fortbildung zeigt die Yoga-Sutras des Patañjali nicht nur als Theorie. Es geht um angewandte philosophische Praxis. Indem wir mit den Sutras üben wird es möglich, dass in ihren abstrakten Formulierungen das ursprüngliche, yogische Leben aufleuchtet, so dass wir unseren eigenen Yoga-Weg bewusster und intensiver gehen können. Das Fundament wird gelegt, die Yoga-Sutras gewinnbringend in der eigenen Unterrichtspraxis anzuwenden.

Im Mittelpunkt stehen die letzten beiden Kapitel der Sutras, die hohe Schule der Yoga-Philosophie. Gerade diese oft als geheim behandelten Kapitel werden jedoch in den Ausbildungen meist wenig behandelt. Diese Fortbildung will Mut geben, auch diese schwierigen Kapitel der Yoga-Sutras erfolgreich anzugehen.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	31.08. – 02.09.2018 Fr. 19.30 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Stephansstift Hannover Zentrum für Erwachsenenbildung Kirchröder Straße 44 30625 Hannover
<b>Kosten</b>	240,- Euro für Mitglieder 340,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Frühstück, Mittag- und Abendessen, sowie Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Bitte buchen Sie recht- zeitig.
<b>UE</b>	16
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 13
<b>Anmeldefrist</b>	16.07.2018



### Referent

**Martin Henniger**, Yogalehrer BDY/EYU, Magisterabschluss in Indologie, vergl. Religionswissenschaften und Philosophie, Promotion: Tirumandiram (Prof. von Brück), Dozententätigkeit: Yoga-Philosophie und Yoga-Texte, Weiterbildung: Ashtanga-Vinyāsa-Yoga, prānāyāma (Dr. Shrikrishna), TRIKA (Bettina Bäumer), Studium der integralen Philosophie nach Ken Wilber und Sri Aurobindo.

## Martin Henniger

### Yoga als integrale Lebenspraxis

In diesem Seminar soll die Praxis des traditionellen Yoga mit den integralen Ansätzen von Sri Aurobindo und Ken Wilber verbunden werden.

Wenn sich die altindischen Wege sehr oft an den Mönch oder den sanyasin gewendet haben und eher zu Rückzug aus der Gesellschaft und zur Befreiung aufriefen, wendet sich der integrale Yoga ganz bewusst an den heutigen, modernen Menschen.

Dieser Weg versteht sich weniger als ein Erleuchtungsweg, sondern als einer, der Entwicklung und Wachstum betont. Er verwendet auch die modernen Erkenntnisse der Entwicklungspsychologie und versucht so das Beste von Ost und West zu vereinigen.

Sehr hilfreich ist hier auch die integrale Landkarte, die von Wilber erstellt wurde. Sie soll Orientierung bei der inneren und äußeren Reise, die erst individuell vollzogen, dann aber auch kollektiv weitergeführt werden soll. Die Praxis wird jedoch vor allem die vorbereitenden Techniken des Hatha-Yoga in der Vertiefung mit den Meditationen der kaschmirischen Trika-Tradition sein.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	23.11. – 25.11.2018 Fr. 19 – So. 14 Uhr
<b>Ort</b>	Maternushaus Tagungszentrum des Erzbistums Köln Kardinal-Frings-Straße 1–3 50668 Köln
<b>Kosten</b>	325,- Euro für Mitglieder 425,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen, sowie Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort »Yoga« ein Abrufkontingent bis zum 08.10.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 11
<b>Anmeldefrist</b>	08.10.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung

W13

Yoga-Wissen vertiefen



### Referent

**Peter Greve**, Yogalehrer BDY/EYU, Physiotherapeut (BSc- & HP-Physiotherapie), Manualtherapeut – ist seit vielen Jahren als Yogalehrer und Physiotherapeut tätig. Darüber hinaus leitet er national und international Workshops und Seminare, die sich schwerpunktmäßig mit dem Bewegungssystem und Bewegung als einem (Heil)Mittel zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden befassen. Er ist Mitgründer der »Yogapraxis« in Berlin und unterrichtet in der dortigen BDY-Yoga-Lehrerbildung. Peter Greve war langjähriger Schüler von K. Pattabhi Jois.

## Peter Greve

### »Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen im Yoga

W14

Berufskompetenzen erweitern

Der bestmöglichen Ausführung von Haltungen und Bewegungen – einem guten Alignment – kommt im Yoga eine überragende Bedeutung zu. Nur so werden erwünschte Wirkungen erzielt und schädigende Effekte vermieden. Ganz allgemein sind – egal ob im Yoga oder im Alltag – optimale Haltungen und Bewegungen für die muskuloskeletale Gesundheit zentral. Der taktile Einsatz der Hände im Yoga-Unterricht (das »Adjusten« oder »Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen) sind ein ausgezeichnetes Mittel, Teilnehmende dabei zu unterstützen, Haltungen und Bewegungen bestmöglich auszuführen oder ihnen die Ausführung bestimmter Haltungen zu ermöglichen.

In diesem Seminar werden wir unterschiedliche »Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen an einer Vielzahl von Haltungen und Bewegungen praktisch erproben. Wir werden thematisieren, wie wichtig es ist, dass die Selbstbestimmung und Entscheidungsfreiheit von Teilnehmenden dabei stets gewahrt bleibt und wie wir das gewährleisten können. Wir werden uns mit dem richtigen Dosieren von Adjustments, die sehr sanft, aber auch intensiv sein dürfen, befassen und damit, auf welche unterschiedlichen Arten wir uns von Teilnehmenden Feedback holen können. Wir wollen herausfinden, wie man beim Adjusten achtsam mit sich selbst umgeht und seinen Körper ökonomisch einsetzt, so dass »Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen zu einer yogischen Fertigkeit, einer Freude und Geschicklichkeit in Aktion werden. Da es entscheidend ist, zu verstehen, wie āsana funktionieren, um sie korrigieren zu können, werden wir funktionell anatomische Zusammenhänge von āsana und deren korrektes Alignment erarbeiten. Und wir werden erkunden, wie wir mit »Hands-on«-Korrekturen und -Hilfestellungen positiv auf häufige Beschwerdebilder und funktionelle Auffälligkeiten einwirken können.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	16.02. – 18.02.2018 Fr. 17 – So.12.45 Uhr
<b>Ort</b>	Stephansstift Hannover Zentrum für Erwachsenenbildung Kirchröder Straße 44 30625 Hannover
<b>Kosten</b>	270,- Euro für Mitglieder 350,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Frühstück, Mittag- und Abendessen, sowie Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Bitte buchen Sie rechtzeitig.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 24, minimal 14
<b>Anmeldefrist</b>	02.01.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung (Matte und Decke)

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.



### Referent

**Dr. Ronald Steiner**, Yogalehrer BDY/EYU und Arzt für Sportmedizin, zählt zu den bekanntesten Praktikern des Ashtanga Yoga. Als einer der wenigen traditionell von den indischen Meistern Sri K. Pattabhi Jois und B. K. S. Iyengar autorisierten Yogalehrer, zum anderen Arzt, Wissenschaftler und Sportmediziner, steht er für eine authentische und lebendige Yoga-Tradition. Er begründete die AYInnovation Methode. Die modularen und deutschlandweit multizentrischen AYI-Yogalehrer-Aus- und -Weiterbildungen legen einen besonderen Schwerpunkt auf Prävention, Alignment und Yoga-Therapie.  
[www.ashtangayoga.info](http://www.ashtangayoga.info)

## Dr. Ronald Steiner

### Alignment – Ausrichtung auf das Lebendige

Die anatomisch korrekte Ausrichtung des Körpers in den Körperhaltungen (āsana) und bei Bewegungen (vinyāsa) wird als Alignment bezeichnet. Alignment hat im Ashtanga Yoga lange Tradition, ist jedoch auch für andere Yoga-Richtungen direkt umsetzbar und nützlich. Über Alignment wird ein anatomisch korrektes Üben erreicht. Ronald Steiner demonstriert anhand anatomischer Modelle interessante Besonderheiten der Anatomie in Bezug auf die körperliche Praxis. Es bleibt Raum, individuelle Probleme zu ergründen und in praktischen Übungen anzugehen. Ein Thema, das nicht nur für Yogalehrende neue Aspekte eröffnen kann.

Die Teilnehmenden können vor Ort ein Handbuch- und ein E-Learning Paket optional dazu buchen.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	10.03. – 11.03.2018 Sa. 08 – So. 17.30 Uhr
<b>Ort</b>	City Partner Hotel Goldenes Rad Ulm Neue Straße 65 89073 Ulm
<b>Kosten</b>	220,- Euro für Mitglieder 290,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagsverpflegung und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort »BDY« ein Abrufkontingent bis zum 22.01.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 15
<b>Anmeldefrist</b>	22.01.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung

W15

Berufskompetenzen erweitern



### Referent

**Dr. Günter Niessen** ist Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie und hat eine Praxis für Yoga und Orthopädie in Berlin. Durch seine vorausgegangene Ausbildung als Physiotherapeut sowie zahlreiche Weiterbildungen in Trainingstherapie/Sportmedizin, Funktionsanalyse des Bewegungsapparates und Manueller Medizin verfügt er über tiefgreifende Erfahrungen in der strukturellen Körpertherapie. Er praktiziert seit fast 20 Jahren Yoga und ist zertifizierter Yogalehrer BDY/EYU und YA.

Dr. Günter Niessen

## Anatomierepetitorium – relevante, funktionelle Anatomie für Yogalehrende

W16

Berufskompetenzen erweitern

Als YogalehrerInnen unterrichten die meisten von uns viele āsana. Im Vertrauen darauf, dass unsere Kenntnisse ausreichen, kommen auch immer mehr Menschen in unsere Kurse, die körperliche Beschwerden haben.

In Yoga-Lehrausbildungen wird unterschiedliches Gewicht auf die Grundlagen der Anatomie gelegt. In diesem fünf-tägigen Workshop sollen – aufbauend auf dem Verständnis der funktionellen Anatomie des Menschen – ein intensiveres Verstehen der Āsana-Praxis und mögliche sinnvoller Variationen der einzelnen āsana erarbeitet werden. Wir besprechen die medizinischen Grundlagen und funktionell-anatomischen Zusammenhänge und werden im Rahmen vieler Praxiseinheiten die Theorie direkt erleben. Das Bewegungssystem wird im Fokus stehen; Schwerpunkt sind jedoch die möglichen körperlichen Gefahren sowie die sinnvollen Variationen der Āsana-Praxis. Besonders wichtig ist es mir verständlich zu machen, welche Bedeutung medizinisches Basiswissen für uns selbst und unseren Unterricht hat. Es geht also im Wesentlichen nicht um die Anatomie als Selbstzweck, sondern um die Konsequenzen, die wir daraus für unseren Alltag und unser Üben beziehungsweise Unterrichten ziehen können.

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	09.07. – 13.07.2018 Mo.10 – 17 Uhr Di. – Do. 9 – 17 Uhr, Fr. 9 – 14 Uhr
<b>Ort</b>	Hotel Grenzfall Ackerstraße 136 13355 Berlin
<b>Kosten</b>	540,- Euro für Mitglieder 700,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort BER090718 ein Abrufkontingent bis zum 28.05.2018 eingerrichtet.
<b>UE</b>	44
<b>TN-Zahl</b>	maximal 25, minimal 13
<b>Anmeldefrist</b>	21.05.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung (Matte, Decke, Kissen)





### Referentin

**Katja Kellner**, Yogalehrerin BDY/EYU. Buchautorin. Teacher's Trainings Courses 1977 in Indien und 1980 in den USA. Weiterbildung in Deutschland unter anderem beim BDY. Unterrichtstätigkeit im Rahmen von Yoga-Aus- und Weiterbildungen seit 1993. Zusatzausbildung Spiraldynamik, Level II. Traditionelle Thai-Yoga-Massage am Sunshine Institut Chiang Mai/Thailand. Laufend Weiterbildungen bei Kali Ray (TriYoga), Daniel Orlansky (Meridian Yoga). Spezialthemen: Yoga für Reiter, Kirtan und Mantra-Praxis, Obertongesang. Gründung der Tulsi Yogaschule Traunstein und Gründung der Tulsi Kirtan Group.

## Katja Kellner

### Verbesserte Koordination durch die Inspiration der Spiraldynamik

Alles, was wir mit unserem Körper tun, kann durch spiraldynamische Bewegungsschulung ganz entscheidend gewinnen. Die in der Mehrzahl spiralig angelegten Strukturen unserer Muskulatur zeigen uns den Weg, geben uns das nötige »Know-how« sowohl in Haltung als auch mit Bewegung harmonischer umzugehen. Im Hatha-Yoga spielt es keine Rolle, aus welcher Tradition wir kommen, ob wir sanft oder sportlich üben wollen – die eigene Praxis wird präziser und die Anleitung im Unterricht klarer und auch besser in kleinen Schritten an individuelle Bedürfnisse anpassbar. Wen wir um die Richtung wissen, dann wissen wir auch, wie weit wir gehen können. Jenseits der Matte erfahren wir im beschäftigten Alltag größere Bewusstheit für unseren Körper, unsere Atmung, unsere Energie – für uns selbst.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	14.09. – 16.09.2018 Fr. 19.30 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Schloss Blumenthal Blumenthal 1 86551 Aichach-Klingen
<b>Kosten</b>	235,- Euro für Mitglieder 305,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke und Snacks, Mittagessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort »BDY« ein begrenztes Abrufkontingent bis zum 16.07.2018 eingerichtet.
<b>UE</b>	20
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 14
<b>Anmeldefrist</b>	16.07.2018

W17

Berufskompetenzen erweitern

Dr. med. Sabine Stannat

## Innere Erkrankungen – Vertiefe Dein Wissen und setze es im Yoga-Unterricht erfolgreich um, 2-teiliges Seminar

W18

Besondere Zielgruppen unterrichten

Immer mehr Menschen finden zum Yoga, auch mit und gerade wegen gesundheitlicher Beeinträchtigungen: Dabei verdienen nicht nur Rücken- oder Gelenkbeschwerden, sondern auch Begleiterkrankungen der inneren Organsysteme Aufmerksamkeit: Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen nach Herzinfarkt oder Schlaganfall, Asthma, Krebserkrankungen, Diabetes, unter Blutverdünnungs-Medikamenten. Was sollte ich als Yogalehrende(r) wissen und bei der Yoga-Praxis im Gruppenunterricht berücksichtigen? Auch ohne Vorbildung aus medizinischen Berufen vertiefe ich mein Grundwissen und kann souveräner TeilnehmerInnen, die innere Erkrankungen mitbringen, in den Gruppenunterricht integrieren; eventuell erschließen sich dadurch ganz neue Zielgruppen.

In diesem Seminar widmen wir uns unmittelbar praxisrelevant folgenden Fragen:

- Welche Krankheiten des inneren Systems sind im Yoga-Gruppenunterricht von Bedeutung?
- Welches Grundwissen darüber ist für mich als Yogalehrende(r) sinnvoll und relevant?
- Analyse von āsana, prānāyāma, Meditation hinsichtlich ihrer Wirkung auf das innere System von Herz, Kreislauf, vegetatives Nervensystem, Hormonsystem et cetera – mythenfrei und undogmatisch; mit praktischen Übungen
- Mit welchen Beschwerden sollten TN nicht am Yoga-Unterricht teilnehmen? Gibt es »Notfälle«, für die ich gerüstet sein sollte?
- Falldarstellungen, Stundenkonzepte
- Fallbesprechung aus dem eigenen Gruppenunterricht, die eingebracht werden
- Selbstreflexion: Möglichkeiten und Grenzen (als Yogalehrende sind wir nicht TherapeutInnen oder HeilerInnen). Selbstverständnis im Umgang mit Gesundheit/Krankheit
- Krankheit im Spiegel des Yoga-Sutra von Patañjali.

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.



### Referentin

**Dr. med. Sabine Stannat**, Ärztin für Innere Medizin mit Erfahrung in verschiedenen Fachbereichen der Inneren Medizin und der Rehabilitationsmedizin (1985 – 2014); Yogalehrerin BDY/EYU mit Weiterbildungen in prānāyāma, Meditation, Yoga-Therapie. Biografie und die Qualitäten der Berufsausübung wurden maßgeblich durch eigene intensive Krankheitserfahrung geprägt. Derzeit in Bad Oeynhausen in eigener Yoga-Praxis tätig in der Einzelbegleitung – im Sinne einer Medizin der Achtsamkeit – , Supervision von Kollegen sowie im Yoga-Gruppenunterricht für spezielle Zielgruppen.

#### Teil 1

Erkrankungen des Herzens und der Gefäße (Bluthochdruck, Herzklappenfehler, Herzschrittmacher, Rhythmusstörungen; nach Herzinfarkt, Schlaganfall), der Venen, Diabetes, Tinnitus, nach Operationen, Blutungsneigung (erkrankungsbedingt oder medikamentös), Notfall-Management

#### Teil 2

Erkrankungen der Atmungsorgane (Asthma, akute/chronische Bronchitis, Heuschnupfen), Infektionskrankheiten (Hepatitis, HIV, grippale Infekte, ...), Allergien, Rheumatische Erkrankungen, Krebserkrankungen (während/nach Therapien), Dialyse-Patienten, nach Organtransplantation; unter bestimmter Medikation (Blutverdünner, Cortison, Psychopharmaka ...)

Teil 1 und 2 sind unabhängig voneinander buchbar. Sie unterscheiden sich im Wesentlichen durch die eingehender betrachteten Erkrankungen und deren Berücksichtigung im Gruppenunterricht. Allgemeine Prinzipien (Ausführungsprinzipien von āsana, von Atemphasen, Betonung von Vor- oder Rückbeugen im Stundenaufbau et cetera) können sich überschneiden, was zur Vertiefung und Festigung dient. In beiden Teilen wird die Vermittlung der theoretischen Kenntnisse eingebettet sein in gemeinsame Praxis zum eigenen Erfahren sowie von Fallbesprechungen ausgehen. Wünsche der TeilnehmerInnen fließen in die Berücksichtigung und Intensität der Themenauswahl ein.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	Teil I: 16.03. – 18.03.2018 Teil II: 28.09. – 30.09.2018 jeweils Fr. 17 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Alte Mühle Seminar- und Gästehaus Am Mühlenteich 1 37581 Bad Gandersheim
<b>Kosten</b>	270,- Euro für Mitglieder 350,- Euro für Nichtmitglieder pro Seminaranteil (inkl. Tagungsgetränke und Mittagessen)
<b>Übernachtung</b>	Im Seminarhaus sind im Veranstaltungszeitraum Einzelzimmer für die Teilnehmer reserviert. Bitte buchen Sie rechtzeitig.
<b>UE</b>	jeweils 17
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	Teil 1: 15.01.2018 Teil 2: 30.07.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Schreibzeug, Yoga-Matte, Sitzkissen



### Referentin

**Rita Ziller**, Yogalehrerin BDY/EYU, ist Physiotherapeutin und Heilpraktikerin und unterrichtet seit 15 Jahren Yoga in Gruppen und im Einzelunterricht, unter anderem mehrere Jahre am Schmerzzentrum Berlin, mit dem Schwerpunkt Yoga im therapeutischen Einzelunterricht für chronische Schmerzpatienten. Ausgebildet von Martin Soder und Dr. Imogen Dalmann ist sie seit mehreren Jahren im Team des Berliner Yoga Zentrum (BYZ) tätig, im Besonderen in der Yoga-Begleitung für Menschen mit Krebserkrankung und als Referentin in der Weiterbildung.

## Rita Ziller Yoga und Krebserkrankung

W19

Besondere Zielgruppen unterrichten

Menschen mit Krebserkrankung suchen oft nach Unterstützung im Yoga, um in einer von Ängsten geprägten Situation zu innerlicher Beruhigung und einem positiven Körpergefühl zurück zu finden. Was ist zu beachten, wenn solche Menschen in unsere Yoga-Gruppe kommen? Dazu werden die wichtigsten medizinischen Kenntnisse mit dem Schwerpunkt Brustkrebs sowie die speziellen Folgen von Erkrankung und Therapie, wie Lymphödeme, vermittelt.

Auch der Umgang mit einer Krebsdiagnose für die Betroffenen und für uns als Yogalehrende wird Thema sein. Dies möchte ich mit allen TeilnehmerInnen anhand von Fallbeispielen, Praxen und Workshops vor dem Hintergrund, dass wir als Yogalehrende unsere Konzepte und unsere Stärke aus dem Yoga ziehen, diskutieren.

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	09.06. – 10.06.2018 Sa. 9 – So. 14 Uhr
<b>Ort</b>	Hotel Grenzfall Ackerstraße 136 13355 Berlin
<b>Kosten</b>	200,- Euro für Mitglieder 260,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke, Mittagessen und Kaffeepausen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im Tagungshaus. Für die Teilnehmer ist unter dem Stichwort BER090618 ein Abrufkontingent bis zum 28.04.2018 eingerrichtet.
<b>UE</b>	14
<b>TN-Zahl</b>	maximal 20, minimal 12
<b>Anmeldefrist</b>	23.04.2018



### Referentin

**Melanie Wein**, Yogalehrerin BDY/EYU, Psychologische Beraterin und zweifache Mutter, unterrichtet seit über 10 Jahren Hatha-Yoga. In ihrer Arbeit legt sie großen Wert auf ein vertrauensvolles und heilsames Miteinander. Nach ihrer BDY-Yoga-Lehrausbildung im »Gesundheitszentrum Sonne & Mond« in Berlin folgten intensive Jahre im Anusara- und Jivamukti-Yoga, immer im Hinblick auf Schwangeren-Yoga. Aufgrund ihrer langjährigen und tiefgehenden Auseinandersetzung mit dem Thema »Yoga für Schwangere« sowie durch die enge Zusammenarbeit mit Hebammen kann Melanie Wein auf einen großen Erfahrungsschatz zurückgreifen. [www.yogakreis-bodensee.de](http://www.yogakreis-bodensee.de)

## Melanie Wein

### Yoga in der Schwangerschaft sowie während und nach der Geburt

Der Schwerpunkt dieser Weiterbildung liegt im Schwangeren-Yoga. Nach der Weiterbildung bist du in der Lage, selbständig Yoga-Stunden für Schwangere zu konzipieren und durchzuführen, sie für deine Teilnehmerinnen wie auch für dich abwechslungsreich und inspirierend zu gestalten. Du lernst die Besonderheiten des Schwangeren-Yoga kennen und wirst in der Lage sein, Frauen in dieser ganz besonderen Zeit auf allen Ebenen zu begleiten. Du erfährst nicht »nur« wie du Frauen optimal auf die Geburt vorbereitest, sondern auch, welches enormes Potenzial eine Schwangerschaft mit sich bringt.

#### Inhalte der Weiterbildung

- Āsana (sichere Ausführung und Varianten)
- Typische Schwangerschaftsbeschwerden
- Partnerübungen
- Redekreis
- Die Rolle des Atems und Atemübungen
- Umgang mit Emotionen wie Angst
- Umgang mit Schmerzen
- Verbindung schaffen zu sich und dem Kind
- Wichtige Qualitäten im Schwangeren-Yoga
- Vorbereitung auf die Geburt und auf die Zeit danach
- Yoga-Philosophie für Schwangere
- Schwangerschaftsrituale
- Kraft der Stille
- Spezielle Entspannungstechniken, Visualisationen und Meditationen
- Die Rolle der Schwangeren-Yogalehrenden
- Aufbau und Organisation einer Schwangeren-Yoga-Stunde

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	29.06. – 01.07.2018 Fr. 19 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	Seminarhaus Lebenskunst Bodensee Überlinger Straße 23 88682 Salem-Tüfingen
<b>Kosten</b>	230,- Euro für Mitglieder 300,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Tagungsgetränke und Mittagessen)
<b>Übernachtung</b>	Übernachtungsmöglichkeiten im begrenzten Umfang im Seminarhaus. Interessenten erhalten auf Anfrage eine Liste mit Übernachtungsmöglichkeiten in unmittelbarer Umgebung.
<b>UE</b>	17
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 8
<b>Anmeldefrist</b>	30.04.2018
<b>Bitte mitbringen</b>	Yoga-Ausrüstung (Matten, Decken)

Hinweis: Diese Weiterbildung vermittelt potenziell therapeutisch nutzbares Wissen. Diejenigen, die therapeutisch tätig sein wollen, benötigen eine Approbation oder eine Erlaubnis zur Ausübung der Heilkunde.

W20

Besondere Zielgruppen unterrichten



### Referent

**Ulrich Fritsch**, Yogalehrer BDY/EYU, Politikwissenschaftler, beschäftigt sich **seit Jahrzehnten** mit Malerei und Yoga und engagiert sich **seit Jahrzehnten** in sozialen Bewegungen. Stationen auf seinem Weg sind: Studium der Germanistik und Politikwissenschaften (Staatsexamen), abgeschlossenes achtjähriges systematisches Studium des Buddhismus im Tibetischen Zentrum Hamburg, langjährige Weiterbildung in Yoga nach T. K. V. Desikachar und Yoga-Einzelunterricht bei Martin Soder und Imogen Dalmann, Referent in Yoga-Schulen und Moderator des BDY, Autor zahlreicher Yoga-Fachartikel. [www.gemeinwohlyoga.de](http://www.gemeinwohlyoga.de)

## Ulrich Fritsch

### GemeinwohlYoga: Ein Weg zur Selbstermächtigung – raus aus der Ohnmacht

W21

Horizonte öffnen

»Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.«  
(Mahatma Gandhi)

Wir sind mit allen Lebewesen unmittelbar verbunden. Wenn wir diese Verbindung spüren, erwächst tief in unserem Herzen ein Gefühl großer Freude und Geborgenheit und der Wunsch, dass alle Lebewesen glücklich sein mögen. Unser Körper fühlt diese Verbindung, jedoch unser Selbst- und Weltbild sieht das anders.

In diesem Seminar möchte ich Wege aufzeigen, wie wir mit Yoga diese Verbindung wieder erfahren können und wie wir eine Haltung entwickeln können, die das Wohl aller, unserer Mitmenschen, unserer Umwelt und die Kosmischen Energien im Blick behält. Dafür greife ich aus dem reichen Schatz des Yoga besonders die Möglichkeiten heraus, die uns Kraft geben und mit deren Hilfe wir einen feinfühligsten, respektvollen Umgang mit uns selbst und mit unserer Umwelt einüben können.

Zur Unterstützung werde ich aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse einfließen lassen, die uns Mut machen und die uns zu einem zeitgemäßen Verständnis von uns selbst und unserer Verbundenheit miteinander verhelfen können.

<b>Zielgruppe</b>	Yogalehrende, Yoga-Praktizierende
<b>Termin/Uhrzeit</b>	09.03. – 11.03.2018 Fr. 18 – So. 13 Uhr
<b>Ort</b>	PurKarma, Yogabensheim Darmstädter Straße 8 64625 Bensheim
<b>Kosten</b>	260,- Euro für Mitglieder 340,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Getränk und Snacks)
<b>UE</b>	19
<b>TN-Zahl</b>	maximal 15, minimal 10
<b>Anmeldefrist</b>	22.01.2018



### Referentin

**Katharina Meinhard**, Yogalehrerin BDY/EYU und seit 2005 Leiterin der »Yogaschule Dresden« ([www.yogadresden.de](http://www.yogadresden.de)), Physiotherapeutin, Integraler Coach – Ausbildung am Coaching Center Berlin, Tai Chi Chuan- und Qigong-Lehrerin, Kursleiterin für MBSR, seit 2002 Dozentin in der Ausbildung für MBSR-Lehrer am Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung (IAS) Bedburg, 30-jährige Meditationserfahrung in der Tradition des Zen und Theravada-Buddhismus.

## Katharina Meinhard

### MBSR – ein Weg, den Alltagsstürmen mit Mitgefühl und Weisheit zu begegnen

MBSR – Mindfulness based Stress Reduction. Dahinter verbirgt sich ein achtsamkeitsbasierter Ansatz, der heutzutage weltweit die meisten Studien zum Thema Stressbewältigung vorweisen kann.

Dieses Seminar gibt grundlegende Einblicke in die Methode des MBSR. Die Teilnehmer werden die wichtigsten Themen und Aspekte dieser Methode kennenlernen. Dazu gehören Bereiche wie Selbstfürsorge, kompetenter Umgang mit Gefühlen und achtsame Kommunikation.

Wesentlicher Teil des Workshops werden praktische Übungen sein, zum Beispiel die klassischen Übungen des MBSR wie die Rosinenübung, Bodyscan und achtsame Körperarbeit. Ziel der Übungen ist es, Achtsamkeit zu kultivieren und die Unterscheidung Achtsamkeit versus bloße Konzentration zu entwickeln. So wird die Methode des MBSR nachvollziehbar und die eigenen Erfahrungen können im Austausch reflektiert werden.

Die Schulung der Achtsamkeit kann ein großer Gewinn für jeden von uns sein, wenn es gelingt, Wissen und Erfahrungen in Einklang miteinander zu bringen. Oder anders ausgedrückt, vielleicht sind wir dann mehr und mehr bereit, »die ganze Katastrophe zu leben« (Jon Kabat-Zinn zitiert Alexis Sorbas).

<b>Zielgruppe</b>	YogalehrerInnen, Yoga-Interessierte
<b>Termin/Uhrzeit</b>	14. – 15.04.2018 Sa. 10 – So. 14 Uhr
<b>Ort</b>	Institut für Yoga und Ayurveda, Kadettenweg 62 12205 Berlin
<b>Kosten</b>	190,- Euro für Mitglieder 250,- Euro für Nichtmitglieder (inkl. Getränke und Snacks)
<b>UE</b>	14
<b>TN-Zahl</b>	maximal 18, minimal 9
<b>Anmeldefrist</b>	26.02.2018

W22

Horizonte öffnen



### Referentin

**Gisela Bosrup** (MantraDhyanam), ihr Anliegen als Yoga Lehrerin ist es, in den Yoga-Stunden Klarheit, Präsenz und Achtsamkeit in Ruhe und liebevoller Weise zu vermitteln. Seit ihrer Begegnung mit Selvarajan Yesudian 1979 ist sie sādhak (Übende) auf dem Yoga-Weg. 1990 begegnete sie Swami Prakashananda Saraswati, die sie zur Satyananda-Yoga Lehrerin ausbildete. Seit 2000 findet ihr Yoga-Unterricht in der eigenen Yoga-Schule Bosrup in Magdeburg und bei auswärtigen Seminaren statt. Ashtanga Yoga ergänzt den eigenen Yoga-Weg und ihren Stundenplan an der Yoga-Schule.

## Gisela Bosrup

### Yoga Nidrā. Der wache Schlaf – viel mehr als eine Entspannungsübung

W23

Horizonte öffnen

Satyananda Yoga Nidrā ist eine systematische, wissenschaftlich fundierte Tiefenentspannungs- und Meditations-technik tantrischen Ursprungs, die von Swami Satyananda Saraswati entwickelt wurde und als eine der wichtigsten Übungen der Satyananda Yoga-Bihar-Tradition gilt. Yoga Nidrā ist eine sehr wirksame Methode zur ganzheitlichen Entspannung, Stressbewältigung, Regeneration und Vorbeugung psychosomatischer Erkrankungen. Die Übung fördert körperliche und psychoenergetische Heilungsprozesse und kann ergänzend zu fast allen Therapien und Heilmethoden eingesetzt werden. Zudem fördert sie Konzentration und Lernfähigkeit und kann somit von Lernenden in sämtlichen Bereichen genutzt werden, um effektiver und gelassener zu lernen.

Auf körperlicher Ebene entfalten sich viele heilsame und harmonisierende Wirkungen, die während tiefer körperlicher Entspannung auf natürliche Weise geschehen. Auf psychoenergetischen Ebenen kommt es zu Reinigungs- und Klärungsprozessen. Dies ermöglicht die Entwicklung und Entfaltung freiwerdender persönlicher Potenziale.

Methoden des Seminars sind:

- Impulsgebende Kurzreferate
- Yoga Nidrā Übung
- Ergänzende Übungen aus der Satyananda-Yoga-Tradition

**Zielgruppe** Yogalehrende, Yoga-Interessierte und Menschen, die im weitesten Sinne im Gesundheits- und Sozialwesen engagiert sind

**Termin/Uhrzeit** 01. – 03.06.2018  
Fr. 19 – So.13 Uhr

**Ort** Yogama Leipzig  
Riemannstraße 29 b  
04107 Leipzig

**Kosten** 205,- Euro für Mitglieder  
270,- Euro für Nichtmitglieder  
(inkl. Getränke und Snacks)

**UE** 16

**TN-Zahl** maximal 20, minimal 10  
**Anmeldefrist** 16.04.2018





Petra Will

## Ausbildung zur BDY-Moderatorin/zum BDY-Moderator

### 3-teiliges Seminar

Für die im Rahmen der BDY-Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU und zum Yogalehrer BDY/EYU stattfindenden externen Vorstellstunden bilden wir auch 2018 wieder ModeratorInnen aus.

In den BDY-Schulen finden regelmäßig interne und außerhalb der Schulen externe traditionsübergreifende Moderationstage beziehungsweise -wochenenden statt. Diese sind ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung zum/zur YogalehrerIn BDY/EYU und werden mit hoher Qualität betreut.

Die ModeratorInnenausbildung umfasst drei Ausbildungswochenenden, drei Hospitationen und eine supervidierte Moderation sowie das Verfassen einer Hausarbeit. Diese sind ab Abschluss des zweiten Ausbildungswochenendes bei einer/einem ModeratorIn oder BDY-Schulleitung, zu dem/der ein guter fachlicher Kontakt besteht, zu absolvieren. Die Hausarbeit sollte einen Umfang von etwa sechs

bis acht Seiten umfassen und ist zum dritten Ausbildungswochenende vorzulegen. Einzelheiten hierzu werden zu Beginn der Weiterbildung erläutert.

Inhaltliche Schwerpunkte der ModeratorInnenausbildung:

- Grundlegende Kompetenzen in der Kommunikation, moderierende Kommunikationstechniken und Feedback-Gestaltung
- Initiieren von Lernprozessen
- Didaktik im Yoga-Unterricht
- Vorschläge für die methodische Gestaltung, den Aufbau und die Ziele einer BDY-Moderation
- Klärung der eigenen sozialen Rolle als Moderierende(r) und der Umgang mit Diversität
- Fachübergreifende Kenntnisse für Lehr- und Lernprozesse aus der Pädagogischen Psychologie und der Sozialpsychologie

Die Weiterbildung orientiert sich an Erkenntnissen der Erwachsenenbildung. Eine teilnehmerorientierte Ausrichtung fordert Sie heraus, an der Gestaltung der anstehenden Lernprozesse zu partizipieren. Diese freie Lernerfahrung soll Ihnen helfen, Offenheit und Freude für Ihre zukünftige Arbeit als ModeratorIn für den BDY zu entwickeln.



#### Referentin

**Petra Will**, Yogalehrerin BDY/EYU, Heilpraktikerin (HP-Psych.), M. A. Bildungswissenschaften, externe Moderatorin BDY

Voraussetzungen für die Teilnahme sind:

- Abgeschlossene Ausbildung zum/zur YogalehrerIn BDY/EYU
- Mindestens 3 Jahre Unterrichtserfahrung nach Abschluss der BDY/EYU Yoga-Lehrausbildung
- Empfehlungsschreiben einer BDY-Schulleitung oder BDY-Moderator/in, die oder der die Bewerbung unterstützt und so Hospitation und Supervision ermöglicht
- Mitgliedschaft im BDY

Wenn Sie Interesse an dieser Ausbildung haben, senden Sie bitte Ihre Bewerbung mit den oben genannten Unterlagen bis zum 10.11.2017 an Anneke Pahlow, [weiterbildung@yoga.de](mailto:weiterbildung@yoga.de), oder schriftlich an den Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e. V., Bürgerstraße 44, 37077 Göttingen.

**Zielgruppe** Yogalehrerin BDY/EYU und Yogalehrer BDY/EYU

**Termin/Uhrzeit** Teil I: 26.01. – 28.01.2018  
Teil II: 20.04. – 22.4.2018  
Teil III: 06.07. – 08.07.2018

**Ort** Fulda Mitte  
Lindenstraße 45  
36037 Fulda

**Kosten** 275,- pro Seminarteil; ergänzend kommen die Kosten für die Moderationen und die Hospitationen hinzu, die mit den ModeratorInnen oder SchulleiterInnen individuell zu vereinbaren sind

**UE** 24

**TN-Zahl** maximal 15

**Anmeldefrist** 10.11.2017

## Geschäftsbedingungen

### Anmeldung

Die Anmeldung zu einem Weiterbildungsseminar erfolgt über die Anmeldeformulare im rückwärtigen Teil des Seminarprogramms des BDY, die komplett auszufüllen (nach Möglichkeit mit einer gültigen E-Mail-Adresse des Teilnehmenden) und zu unterschreiben sind.

Die Anmeldung kann nur schriftlich per Fax, per Post oder als Scan per E-Mail unter [weiterbildung@yoga.de](mailto:weiterbildung@yoga.de) oder online über die BDY-Internetseite [www.yoga.de](http://www.yoga.de) vorgenommen werden.

Die Angaben im Seminarprogramm des BDY stellen kein verbindliches Vertragsangebot des BDY über eine Teilnahme an einem Weiterbildungsseminar dar.

Der Teilnehmende ist für einen Zeitraum von zwei Wochen nach Zugang seiner Anmeldung beim BDY an seine Erklärung, an einem Weiterbildungsseminar des BDY teilnehmen zu wollen, gebunden.

Mit Zugang der schriftlichen Anmeldebestätigung durch den BDY per Brief, Fax oder E-Mail kommt der verbindliche Vertrag über die Teilnahme an einem Weiterbildungsseminar des BDY zustande.

Der BDY behält sich grundsätzlich das Recht vor, Anmeldungen, die nach der geltende Anmeldefrist für das jeweilige Seminar eingehen oder bei einer Überschreitung der im Seminarprogramm des BDY angegebenen maximalen Teilnehmerzahl, nicht zu berücksichtigen. In diesem Fall teilt der BDY dies dem Anmeldenden mit. Der Eingang der Anmeldung erfolgt nach dem Datum des Eingangs in beziehungsweise bei der BDY-Geschäftsstelle.

### Geschäftsbedingungen

Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmende die Geschäftsbedingungen für die Weiterbildungsseminare des BDY als verbindlichen Bestandteil des mit dem Eingang der Anmeldebestätigung des BDY bei dem Teilnehmenden zustande gekommenen Vertrags zwischen dem BDY und dem Teilnehmenden an.

### Seminargebühren

Mit dem Zugang der Seminarunterlagen bei dem Teilnehmenden wird die für das jeweilige Seminar im Weiterbildungsprogramm angegebene Seminargebühr fällig. Bei einer verkürzten Teilnahme ist eine Reduzierung der Semi-

nargebühr nicht möglich. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind in den Seminargebühren nicht enthalten. Es sei denn, es ist anders angegeben.

### Zahlung

Die Zahlung der fälligen Seminargebühr durch den Teilnehmenden erfolgt innerhalb von zwei Wochen nach Zugang der Seminarunterlagen bei dem Teilnehmenden mittels SEPA-Lastschriftmandat von dem auf dem Anmeldeformular angegebenen Konto. Der BDY behält sich das Recht vor, bei einer verspäteten Zahlung oder Nichtzahlung von dem Vertrag zurückzutreten und den Teilnehmenden von der Teilnahme an dem Weiterbildungsseminar auszuschließen.

### Unterkunft und Verpflegung

Soweit nicht anders angegeben muss der/die Teilnehmende Unterkunft und Verpflegung selbst organisieren. Hierzu bitten wir die Hinweise bei den jeweiligen Seminaren zu beachten.

### Rücktritt des Teilnehmenden

Ein Rücktritt vom Vertrag vor Seminarbeginn durch den Teilnehmenden kann grundsätzlich nur bei der Geschäftsstelle des BDY schriftlich per Post, per Fax oder per E-Mail erfolgen. Als Zeitpunkt der Rücktrittserklärung ist der Eingang beim BDY maßgeblich. Telefonische Rücktrittserklärungen sind unwirksam und bleiben unberücksichtigt.

Rücktritt bis zu 12 Wochen vor Seminarbeginn: 10,- Euro  
Rücktritt bis zu 8 Wochen vor Seminarbeginn: 25,- Euro  
Rücktritt bis zu 4 Wochen vor Seminarbeginn: 50,- Euro  
Rücktritt bis zu 3 Tagen vor Seminarbeginn: 80,- Euro

Weniger als drei Tage vor Seminarbeginn werden 100 Prozent der Seminarkosten fällig

Kann von der Warteliste jemand nachrücken oder meldet der Teilnehmende eine geeignete, zahlende Ersatzperson, so wird lediglich eine Bearbeitungspauschale von 10 Euro fällig. Die Stornogebühren beziehungsweise Bearbeitungspauschalen können vom BDY mit einer bereits entrichteten Seminargebühr verrechnet werden.

Dem Teilnehmenden bleibt ausdrücklich vorbehalten, im Einzelfall nachzuweisen, dass dem BDY durch seinen Rücktritt ein wesentlich geringerer Schaden beziehungsweise wesentlich geringere Aufwendungen als die aufgelisteten Stornogebühren beziehungsweise Bearbeitungspauschalen oder auch überhaupt kein Schaden beziehungsweise überhaupt keine Aufwendungen entstanden sind.

Das Recht des Teilnehmenden, den Vertrag aus wichtigem Grund (zum Beispiel Nachweis einer schweren Erkrankung) zu kündigen, bleibt unberührt.

### Rücktritt des BDY

Der BDY behält sich vor, vor Seminarbeginn aus wichtigem

Grund von dem Vertrag mit einem angemeldeten Teilnehmenden zurückzutreten. Grundsätzlich ist ein wichtiger Grund dann gegeben, wenn der BDY das Seminar aus Gründen, die von ihm nicht zu vertreten sind, absagen muss. Ein solcher Grund liegt ferner dann vor, wenn mit Ablauf der Anmeldefrist die für das jeweilige Seminar angegebene Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht wird.

In diesen Fällen erhält der Teilnehmende die Seminargebühr vollständig zurückerstattet. Weitergehende rechtliche Ansprüche des Teilnehmenden gegen den BDY und/oder seine Vertreter – mit Ausnahme der unter der Rubrik »Haftung« in diesen Geschäftsbedingungen geregelten Ansprüche – bestehen jedoch nicht.

### **Änderungen des Seminarortes**

Der BDY behält sich das Recht vor, das Seminar an einem anderen Ort als im Weiterbildungsprogramm angegeben stattfinden zu lassen. Die Teilnehmenden sind hieran gebunden, sofern die Änderung im konkreten Einzelfall (insbesondere was den Anreiseweg betrifft) nicht wesentlich und damit für den Teilnehmenden zumutbar ist.

### **Änderungen im Ablauf des Seminars**

Werden personelle Änderungen erforderlich, was die Dozenten des Seminars betrifft, oder gibt es zeitliche Verschiebungen im Ablaufplan des Seminars beziehungsweise vergleichbare Änderungen, was den Ablauf des Seminars betrifft, so ist der Teilnehmende nicht zu einem Rücktritt oder einer vollständigen oder teilweisen Minderung der Seminargebühr berechtigt, sofern dadurch die inhaltliche und organisatorische Qualität des Seminars nicht wesentlich beeinträchtigt wird.

### **Urheberrechtlicher Schutz**

Die Lehrinhalte, sowie die Unterlagen, die den Seminarteilnehmenden überlassen werden, stellen das geistige Eigentum des BDY und/oder des jeweiligen Dozenten dar. Es ist untersagt, ohne ausdrückliche schriftliche Genehmigung des BDY Lehrinhalte beziehungsweise überlassene Unterlagen zu kopieren, auf sonstige Weise zu vervielfältigen oder dritten Personen zugänglich zu machen.

Bild- und Tonaufnahmen während des Seminars sind untersagt. Der BDY hat in einem solchen Fall das Recht, den Teilnehmenden von der weiteren Seminarveranstaltung auszuschließen. Ein Anspruch auf die ganze oder teilweise Rückerstattung der Seminargebühr beziehungsweise weitergehende Ansprüche des Teilnehmenden bestehen in diesem Fall nicht.

### **Verkäufe, Sammlungen, Werbung**

Während des Seminars ist es ohne ausdrückliche und schriftliche Genehmigung durch den BDY untersagt, im Seminarraum oder dessen unmittelbarer Umgebung Sammlungen

und Verkäufe irgendwelcher Art zu tätigen, Werbegaben oder vergleichbares Material auszulegen beziehungsweise zu verteilen oder Unterschriften zu sammeln. Bei einem Verstoß behält sich der BDY die Rechte wie bei einem Verstoß gegen die Bestimmungen über den urheberrechtlichen Schutz vor.

### **Haftung**

Mit Ausnahme der Haftung bei Verletzung des Lebens, des Körpers oder der Gesundheit des Teilnehmers ist die Haftung des BDY für etwaige Schäden des Teilnehmenden auf Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit beschränkt. Der vorgenannte Haftungsausschluss gilt auch für leichtfahrlässige Pflichtverletzungen von Personen, die als gesetzliche Vertreter oder als Erfüllungsgehilfen für den BDY tätig werden.

### **Datenschutz**

Der Teilnehmende erklärt sich mit der Verarbeitung, und Speicherung personenbezogener Daten zum Zwecke der Organisation und Durchführung des Weiterbildungsseminars einverstanden. Eine Weitergabe der Daten an Dritte erfolgt nicht.

### **Nebenabreden**

Rechtswirksame Nebenabreden, die den Vertrag über die Teilnahme an einem Weiterbildungsseminar des BDY betreffen, können nur schriftlich getroffen werden.

### **Widerrufsbelehrung**

Sie haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen diesen Vertrag zu widerrufen. Die Widerrufsfrist beginnt ab dem Tage des Vertragsschlusses. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie uns mittels einer eindeutigen Erklärung (zum Beispiel ein mit der Post versandter Brief, Fax oder eine E-Mail) über Ihren Entschluss, den Vertrag zu widerrufen, informieren.

Sie können dabei das beigelegte Muster-Widerrufsformular verwenden, das jedoch nicht vorgeschrieben ist. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechtes vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden.

### **Folgen des Widerrufs**

Wenn Sie diesen Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung irgendwelche Entgelte berechnet.

## Anmeldung Seminar

Als  BDY-Mitglied  
 Nichtmitglied

melde ich mich zu folgendem Weiterbildungsseminar des BDY

Seminar Nr. \_\_\_\_\_

vom bis \_\_\_\_\_

Name \_\_\_\_\_

Anschrift \_\_\_\_\_

Telefon-Nr. (optional) \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

verbindlich an. \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Die für den Vertrag über die Teilnahme an einem Weiterbildungsseminar des BDY geltenden Geschäftsbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und stimme ihnen hiermit ausdrücklich zu.

Datum \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Ich bin über das Recht, diesen Vertrag zu widerrufen (Widerrufsbelehrung), die Folgen des Widerrufs und das Muster-Widerrufsformular in Kenntnis gesetzt und belehrt worden.

Ort Datum (TT/MM/JJJJ) \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

## SEPA-Lastschriftmandat

Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.  
Name des Zahlungsempfängers

Bürgerstr. 44  
Anschrift des Zahlungsempfängers

BDY-Mitglied  
Straße und Hausnummer

37073 Göttingen  
Postleitzahl und Ort

DE 92 ZZZ0 0000 1076 32  
Gläubiger-Identifikationsnummer

BDY-Mitglied  
Mandatsreferenz (vom Zahlungsempfänger auszufüllen)

Ich ermächtige/Wir ermächtigen (A) den Zahlungsempfänger (Name siehe oben), Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich (B) weise ich mein/weisen wir unser Kreditinstitut an, die vom Zahlungsempfänger (Name siehe oben) auf mein/unser Konto gezogene Lastschriften einzulösen. Die für den Vertrag über die Teilnahme an einem Weiterbildungsseminar des BDY geltenden Geschäftsbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und stimme ihnen hiermit ausdrücklich zu.

Zahlungsart  
 Wiederkehrende Zahlung  
 Einmalige Zahlung

Name des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber) \_\_\_\_\_

Straße und Hausnummer \_\_\_\_\_

Postleitzahl und Ort \_\_\_\_\_

Anschrift des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber), Angabe freigestellt \_\_\_\_\_

IBAN des Zahlungspflichtigen (max. 34 Stellen) \_\_\_\_\_

BIC (8 oder 11 Stellen)  
Hinweis: Die Angabe des BIC kann entfallen, wenn der Zahlungsdienstleister des Zahlungspflichtigen in einem EU-/ EWR-Mitgliedsstaat ansässig ist.

Ort/Datum (TT/MM/JJJJ) \_\_\_\_\_

Unterschrift des Zahlungspflichtigen (Kontoinhaber) \_\_\_\_\_

## Widerrufsformular

Hiermit widerrufe den von mir abgeschlossenen Vertrag über die Erbringung der folgenden Dienstleistung (Anmeldung Seminar)

Anmeldung vom (Datum)

Seminar Nr.

Seminartermin vom bis

mein Name

meine Anschrift

meine E-Mail-Adresse

Ort/Datum (TT/MM/JJJJ)

Unterschrift

### Anmeldung

Bitte füllen Sie zur Anmeldung beide Formulare (Anmeldung Seminar und SEPA-Lastschriftmandat) aus und schicken Sie beide schriftlich per Fax, per Post oder als Scan per E-Mail unter [weiterbildung@yoga.de](mailto:weiterbildung@yoga.de) an die Geschäftsstelle des BDY.

### Widerruf

Wenn Sie den Vertrag (Seminaranmeldung) widerrufen möchten, füllen Sie bitte das nebenstehende Widerrufsformular aus und senden es an die untenstehende Adresse der Geschäftsstelle des BDY.

### Impressum

**Herausgeber** Berufsverband der Yoga-  
lehrenden in Deutschland e.V.  
**Geschäftsstelle** Bürgerstraße 44, 37073 Göttingen  
Mo. – Fr. 9 – 12.30 Uhr und  
Mo. – Do. 13.30 – 16 Uhr  
**Telefon** 0551 / 797744-0  
**Fax** 0551 / 797744-66  
**E-Mail** [info@yoga.de](mailto:info@yoga.de)  
**Internet** [www.yoga.de](http://www.yoga.de)

Die aktuellen BDY-Vorstände  
finden Sie unter [www.yoga.de](http://www.yoga.de)

Titelfoto: © BDY/Rudolf Wichert

Seit 2015 zahlen die BDY-Mitglieder weniger für die Weiterbildungsseminare des BDY als Nichtmitglieder. Die Kosten der Seminare errechnen sich alle durch die Anzahl der Unterrichtseinheiten, das (einheitliche) Honorar der ReferentInnen und die Kosten für die gebuchten Tagungshäuser.



**BAUSINGER**  
Das Original\*

**sanft & sportlich**

Yogamatten aus Schurwolle



\*Frieder Bausinger Erfinder der Schurwollyogamatte 1977



Ihr persönlicher, kostenloser Katalog wartet auf Sie!  
Bestellen Sie ihn hier: [www.bausinger.de/katalog](http://www.bausinger.de/katalog)  
oder rufen Sie uns an unter: **Tel 07434 - 600/607**



Bausinger GmbH Gottlieb-Daimler-Str. 2 D-72479 Straßberg [info@bausinger.de](mailto:info@bausinger.de)