



**TRIYOGA**  
AKADEMIE FÜR YOGA BERLIN  
**URVASI LEONE**  
*der fließende Stil*

## Info zur BDY-Ausbildung Beginn 10.11.2017

(Gruppe U)

Seite 1	Procedere
Seite 2	Beschreibung der Seminare der Yogapraxis im ersten Jahr (Basics)
Seite 8	Teilnahmebedingungen / Anmeldung
Seite 9	Ausbildungskosten / Ausbildungsunterlagen
Seite 11	Zahlungsmodalitäten
Seite 11	Ausbildungsort / Versäumnis / Kündigung / Tipps für die Teilnahme
Seite 12	Anmeldeformular
Seite 13	Fragebogen zur Gesundheit

### Procedere

Wir überreichen Ihnen hiermit die Ausbildungsinformationen unserer renommierten Akademie für Yoga Berlin. Sie gehört zu den führenden Yoga-Ausbildungsinstituten Deutschlands.

Die Inhalte der gesamten Yogalehrer Ausbildung BDY finden Sie in unserer Ausbildungsbroschüre. Gerne senden wir Ihnen die Broschüre mit dieser Info auch auf dem Postweg zu. Alternativ können Sie sich auch die Broschüre als pdf herunterladen. Der neue Ausbildungslehrgang beginnt am **10. November 2017**. Unsere Ausbildung mit dem Abschluss BDY/EYU ist europaweit anerkannt und im allgemeinen Voraussetzung für die Arbeit mit öffentlichen Trägern wie Volkshochschulen und Krankenkassen.

Wenn Sie sich für die Teilnahme an der Ausbildung zur Yogalehrerin / zum Yogalehrer BDY/EYU bewerben möchten, vereinbaren Sie bitte mit uns einen Termin für ein persönliches Gespräch. Am besten ist es, an einem Probeseminar oder an einer Probestunde bei mir teil zu nehmen, damit Sie meine Arbeit kennenlernen können.

Aktuelle Seminare sind auf unserer Website im Seminarkalender oder unter Kursplan zu finden. (Besonders gut geeignet sind Ausbildungsseminare Basics / oder Level 1.)

Damit wir Sie für die Aufnahme in die Yogalehrerausbildung berücksichtigen können, schicken Sie uns bitte eine formlose **Bewerbung**, ein **Passfoto** und Ihren **Lebenslauf** in Stichworten. - Teilen Sie uns bitte mit, weshalb Sie an der Ausbildung teilnehmen möchten.

Aufgrund unserer langjährigen Erfahrung ist unsere Yogalehrer Ausbildung sehr beliebt und mitunter schnell ausgebucht.

Nach unserem Gespräch und positivem Feedback bezüglich Ihrer eingesandten Unterlagen, erfolgt die Platzvergabe in der Reihenfolge der Anmeldungen

Aus unseren Ausbildungen sind bereits viele hauptberufliche Yogalehrer hervorgegangen, da unsere Ausbildung sehr praxisorientiert ist.

Die Ausbildung ist auch für diejenigen geeignet, die ein vertieftes Yogastudium in Praxis und Theorie aufnehmen möchten, ohne notwendigerweise Yogalehrer werden zu wollen.

Wenn Sie Fragen haben, können wir gerne persönlich sprechen, telefonieren oder Sie schreiben uns eine mail.

Ich freue mich darauf, Sie bald persönlich kennen zu lernen!

Herzliche Grüße,

Urvasi Leone  
(Ausbildungsleitung)

Beschreibung der Hauptthemen der Yoga Praxis des Level Basics

### **Seminar 1 : Flows für Flexible Hüften: Serie 1**

### **Beginn mit Serie 2: Wirbelsäule**

Yoga hat das Ziel über den Körper zu sich selbst zu finden und den Körper als Einstieg in feinere Dimensionen zu nutzen. Letztendlich möchten wir das volle menschliche Potential entfalten und alle Aspekte des Seins miteinander verbinden, so dass die Rückbindung an eine höhere Dimension möglich wird.

Der Gebrauch unseres Körpers bestimmt seine Form. Daher kann der Körper auf vielen Ebenen als einzigartiges Instrument sowohl der eigenen Entwicklung als auch der Selbsterkenntnis dienen.



Worin besteht der Unterschied zwischen natürlichem Atem und dem „vollen“ Yoga-Atem? Nach der Einführung in die Yogaatmung werden Wahrnehmungsübungen zur Form und Mobilität der eigenen Wirbelsäule angeleitet. Danach werden alle Wirbel behutsam mobilisiert. So wird Raum zwischen den einzelnen Wirbeln geschaffen. So regeneriert sich der Rücken. Die Wellenbewegung wird präzise eingeführt und geübt.

Eine eingeschränkte Hüftbeweglichkeit betrifft viele Menschen mit sitzender Lebensweise. Deshalb sprechen die effektiven Übungen der ersten Serie die Hüftbeweglichkeit an. Diese Beweglichkeit ist notwendig für eine gesunde Koordination

des gesamten Körpers. Wenn die Beweglichkeit im Hüftgelenk fehlt, finden falsche Ausweichbewegungen in anderen Körpergebieten statt, wodurch oft Probleme entstehen (meist Wirbelsäule oder Knie).

Sie erleben die unterstützende Wirkung durch Hilfsmittel (Blöcke, Kissen, Gurte). hierbei können Menschen mit unterschiedlichen Körpertypen sehr profitieren und Übungen mit Leichtigkeit ausführen, die sonst gar nicht machbar wären.

Hier lernen Sie, wie Sie selber und Ihre künftigen Yogaschüler nur die positiven Wirkungen des Yogas genießen, ohne schädliche Nebenwirkungen durch falsches Üben. Gerade am Anfang steht die Qualität der Ausführung im Vordergrund, nicht der Umfang der Bewegung. Wenn die Bewegungen qualitativ gut ausgeführt werden, wird der Bewegungsumfang von alleine immer größer. Das nennen wir „nachhaltiges Üben.“ Echter Fortschritt ist nur ohne schädliche Ausweichbewegungen möglich, die zu vorzeitigem Verschleiß führen. Sobald die gute Ausrichtung verinnerlicht wurde, kann der Fokus beim Üben stärker auf innere Aspekte gelenkt werden.

Yogaasanas mit Ausweichbewegungen mögen zwar auf den ersten Blick für den Laien „toll“ und groß aussehen. Für diese äußere forcierte Größe der Bewegung, die eigentlich qualitativ noch nicht vorhanden ist, wird der Körper später durch verfrühte Abnutzungserscheinungen büßen, ähnlich wie im Leistungssport.

Stattdessen schreiten wir mit guter Ausrichtung voran, mit echtem Wachstum, innen wie außen. So wie eine Pflanze wächst, wenn wir ihr günstige Bedingungen zur Verfügung stellen, so wächst auch der Mensch. Wenn wir hingegen an der Pflanze ziehen, wächst sie nicht schneller. Wir reißen sie aus der Erde.

Wenn wir einen geeigneten geschützten Raum für äußeres und inneres Wachstum schaffen, dann lösen sich viele Blockaden. Die Energie beginnt wieder ungehindert zu fließen. So „strecken“ wir nicht nur unseren Körper und unseren Atem, sondern erweitern auch unsere geistigen Räume, z.B. unseren Handlungsspielraum im wahrsten Sinne des Wortes. Die natürliche Atmung und die volle Yogaatmung werden eingeführt.

## **Seminar 2 Wirbelsäule**

Basics Serie 2

Zu Beginn wird die Atem-erfahrung erweitert; die heilsame Ujjayi-Atmung wird in mehreren Schritten eingeführt.

Beweglichkeit und Kraft der Wirbelsäule sind die zentralen Themen dieser Serie.

Grundlegende Ausrichtungsprinzipien, die helfen, tatsächlich die gewünschte Körperregion zu erreichen, werden gezeigt. Eingefahrene Haltungsmuster führen dazu, dass wir nur die Körperregionen bewegen, die wir ohnehin gut bewegen können. Die Regionen, wo wir blinde Flecken haben, sind uns meist unbekannt, daher nutzen wir dieses Potential nicht.

Verletzungen im Yoga werden immer häufiger. Viele Menschen bewegen auch im Yoga bei undifferenziertem Üben einzelne Segmente der Wirbelsäule übermäßig. Diese Bereiche müssen somit die Hauptlast tragen, ohne dass die Bewegung auf die ganze Wirbelsäule übergeleitet wird.

Urvasi Leone zeigt Ihnen, wie Sie Ihr Potential wirkungsvoll erschließen können. Sie lernen eine gleichmäßigen Rückwärtsbeuge auszuführen, die alle Wirbel einbezieht (gleichmäßiger Extensionsbogen). Sie lernen, wie überbelastete Abschnitte stabilisiert und ungesunde Ausweichbewegungen vermieden werden. In diesem Seminar erleben Sie, wie die Bewegungen der Brustwirbelsäule und der Rippen unmittelbar miteinander zusammenhängen. In diesem Bereich haben sehr viele Menschen „blinde Flecken“. Wir können diese aufspüren und gezielt beleben. Die subtilen Anweisungen in den Yogaflow-Sequenzen mit kleinem und größerem Bewegungsumfang sowie die Unterstützung durch einen Partner kann unser brachliegendes Potential nach und nach zum Leben erwecken.



Ein weiteres Thema der Serie sind Kraftaufbau und Energiefluss im Schultergürtel. Diese sind bei vielen Menschen verloren gegangen. Die Koordination des Schultergürtels in Stützübungen wird eingeführt. Die Selbstwahrnehmung im Bezug auf die Ausrichtung wird geschult. In einem weiteren Übungsabschnitt wird die Kraft der Rückenmuskulatur aufgebaut.

Gegenseitiges Anleiten zu zweit und Unterstützung der Flows und der Asanas finden ab diesem Seminar regelmäßig statt.

In jeder praktischen Unterrichtseinheit wird der Blick der Teilnehmer geschult: Es geht darum die Potentiale und auch die Herausforderungen der Teilnehmer „blickdiagnostisch“ zu erkennen. „Wo findet die Bewegung statt, wo „hängt“ sie fest, wo läuft die Bewegung nicht rund? Auf welche Weise kann der Betreffende dabei unterstützt werden, neue Bereiche zu erschließen? Wo werden eventuell Körperbereiche übersprungen oder vermieden? Wo finden ungünstige Ausweichbewegungen statt? Wie kann ich diese vermeiden?“ Auf diese Fragen finden die TeilnehmerInnen praktische biomechanisch relevante und energetisch sinnvolle Antworten.

Mit etwas Übung erkennen Sie „blickdiagnostisch“ die häufig vorkommenden Ausweichbewegungen bei anderen. Anspruchsvoller ist es, diese bei sich selbst wahrzunehmen. Hier ist das gegenseitige Feedback äußerst wertvoll. Am Ende der Praxis wird in die Meditation „Nada Pashyanti“ eingeführt.

### **Seminar 3 Flexible Hüfte und starke Beine: mit Unterstützung durch die Wand**



Im der Pranayama-Klasse wird zu diesem Zeitpunkt Kapalabhati eingeführt, eine Atemtechnik, die das Gehirn "reinigt" und alle Funktionen des Gehirns positiv beeinflusst und verbessert (Gedächtnis, Auffassungsgabe und Sinneswahrnehmungen)

Sie erfahren auch, wie Sie mithilfe dieser Atemtechnik und deren Varianten Entgiftung und Entschlackung des Körpers sanft fördern können.



Es werde außerdem die Stützübungen um neue Aspekte erweitert. Neue Flows zur Vertiefung der Wellenbewegung bilden den Ausgangspunkt für das Thema neue Perspektive zum Thema Hüftbeweglichkeit. Das Thema der ersten Serie wird aufgegriffen und dieses Mal auf eine ganz andere Art erschlossen. Ein Höhepunkt dieser Serie besteht darin, kraftvoll mit Beinen und Füßen den Kontakt zur Erde zu finden. Während der fließenden Übergänge werden Balance und Halt auf zwei Beinen in der Statik und in der Bewegung erlernt und eingeübt. Gleichzeitig erfahren Sie, worauf es ankommt, damit Knie und Hüften profitieren.

Einige klassische Standhaltungen werden eingeführt. Die Übungssequenz dient als Beispiel für einen sinnvollen Aufbau, wenn die Standhaltungen für eine Gruppe oder eine Person ganz neu sind.

Nach den Standhaltungen kommen passive Asanas zur Steigerung der Elastizität der Hüftgelenke wirkungsvoll zum Einsatz. Die zielführende Unterstützung mit Hilfsmitteln ist hier sehr wesentlich, damit alle TeilnehmerInnen mit ganz unterschiedlichen Voraussetzungen die Übungen entspannt ausführen können.

#### **Seminar 4 Anatomie: Hüfte und untere Extremität:**

- Dreh- und Angelpunkt der individuellen Evolution -

In diesem Seminar zur „Anatomie der Bewegung im Yoga und im Alltag“ werden Sie die untere Extremität als wesentlichen Aspekt der aufrechten Haltung und der individuellen Evolution kennenlernen. Bewegungsrichtungen in Asanas und biomechanisch sinnvolle Ausrichtungskriterien werden praxisnah erarbeitet.

Die Kombination von Theorie und Praxis macht Anatomie im eigenen Körper erfahrbar und ermöglicht eine spielerische Herangehensweise. Elemente der TriYoga Flows und die Integration neuer Bewegungsmuster werden exemplarisch vorgestellt und erprobt.

Was bewirkt ein Asana im Hüftgelenk, in den Knien und in den Füßen? Welche unterschiedlichen Bewegungsrichtungen kommen vor und was sollte vermieden werden für eine sichere Übungspraxis? Die Teilnehmer erwerben spielerisch funktionelles Grundverständnis und Fachkompetenz für sich selber und für den Yogaunterricht. Sie erlernen die Anwendung des Wissen bei sich selbst und bei anderen.

Themenschwerpunkte: das Hüftgelenk erleben und verstehen: unterschiedliche Ausformungen und Winkelstellungen der Hüftgelenke haben ein unterschiedliches Bewegungsausmaß zur Folge. Die Bewegungsrichtungen in den Asanas und die energetische Entsprechung sinnvoller Ausrichtung als Verletzungsprophylaxe werden praktisch erörtert. Wenn Sie die Anforderungen in den Asanas hinsichtlich Flexibilität

und Kraft verstehen und dies auf die eigenen Strukturen übertragen lernen, so ermöglichen Sie den ungehinderten Energiefluss. Dies kann als Lebensfreude, Unternehmungslust und verbesserte Gesundheit erfahrbar werden.

Außerdem werden typische Ausgangsbedingungen bei KursteilnehmerInnen betrachtet. Welche Fehlhaltungen begegnen uns im Unterrichts-Alltag. Wie begegnen wir diesen Fehlhaltungen; Wie unterstützen wir unsere TeilnehmerInnen am besten mit Hilfsmitteln? Wie verhelfen wir unseren Yogaschülern zu guter Hüft- Knie- und Fußkoordination durch Yoga?

Ein weiterer Schwerpunkt wird der Umgang mit besonderen Hüftthemen und speziellen Herausforderungen wie Hüftdysplasie sein.

## **Seminar 5 Standhaltungen frei, ohne Wand**

In der Pranayamaklasse wird zu diesem Zeitpunkt Kapalabhati weiter geführt, Varianten werden vorgestellt. Sie erleben die wunderbar vitalisierende Wirkung mit automatischer Entgiftung.

Anschließend werden die Stützübungen ausgebaut und um neue Elemente erweitert. Das Thema Kraft durch Standhaltungen aus Seminar 3 wird aufgegriffen, variiert und fortgesetzt. Ein Höhepunkt dieser Serie besteht darin, kraftvoll mit Beinen und Füßen den Kontakt zur Erde zu finden, dieses Mal ohne Unterstützung durch die Wand. Während der fließenden Übergänge werden Balance und Halt im Fluss und in den Asanas vertieft.

Die bereits erlernten Standhaltungen werden verfeinert. Diese Übungssequenz erschließt sich durch den schlüssigen Aufbau, zum Erlernen und Vertiefen der Standhaltungen.

Besondere Berücksichtigung finden Möglichkeiten der Abwandlung für Menschen mit unterschiedlichen Voraussetzungen.

Die bereits bekannten passiven Asanas zur Entspannung der Hüften werden hier noch einmal auf andere Weise erfahrbar. Weitere Möglichkeiten des Hilfsmiteleinsatzes werden thematisiert, wodurch Sie Ihre Kompetenzen erweitern.

Übungen zur inneren Sammlung, zur Energielenkung und Meditation werden vorgestellt (Dharana und Dhyana).



## **Seminar 6 Standfestigkeit und Flexibilität in Hüften und Beinen**

Basics Serie 3, Variation 2 „Free the Hips“

Die Themen von Seminar 3 und 5 werden in einer ganz neuen Zusammenstellung und mit neuen Bewegungen vertieft und variiert. So haben die TeilnehmerInnen genug Zeit neben Kraft und Beweglichkeit auch zunehmend innere Aspekte der Flows zu entdecken.

## **Seminar 7 Schultergürtel und Wirbelsäule**

Basics Serie 4 Serie mit Wand

Die Pranayama Praxis wird um neue Aspekte erweitert. Möglichkeiten für Kumbhaka (Atemhalten) werden eingeführt.

Die Beweglichkeit des Schultergürtels und des Brustkorbs wird auf eine völlig neue Art und Weise in der „Wall Hang“ Serie vorgestellt.

Die Welle ist bereits bekannt, aber die Übungen fühlen sich dennoch völlig neu an, da die Ausrichtung im Raum eine ganz andere ist.

Drehhaltungen im Sitzen werden vorgestellt und geübt. In dieser Serie beginnt außerdem eine behutsame Einführung in Umkehrhaltungen, mittels vorbereitender Wellenbewegungen.

Auf energetischer Ebene wird mit den Abläufen dieses Seminars schwerpunktmäßig das Element Luft und der Herzraum angesprochen. Die energetische Ebene des Herzraumes ist im Yoga als Anahata Chakra bekannt.

Heute zutage dürfen viele Menschen keinen Schulterstand ausführen, z.B. wegen unterschiedlicher Themen der Halswirbelsäule. Hier wird gezeigt, welche Möglichkeiten bestehen, auch diese TeilnehmerInnen den Genuss der Umkehr erleben zu lassen, ohne Gefahren für den Nacken.

## **Seminar 8 Basics Serie 5**

Diese Serie hat einen sehr regenerativen, hingebungsvollen Charakter. Es werden außerdem Nacken- und Augenübungen des Yoga eingeführt. Die Hüft- und Beckenregion wird hier von einer ganz anderen Perspektive aus angesprochen und neu erfahren. Hier dient die Wand als effizientes Hilfsmittel, die hier besonders den Entspannungsaspekt heraushebt. Das Element Raum und das Hals Chakra stehen energetisch im Mittelpunkt.



**Seminar 9 Wiederholung** Teile aus unterschiedlichen Serien werden wiederholt und vertieft. Offene Fragen können geklärt werden.

Pranayama wird um neue Aspekte ergänzt. Die Praktiken zur inneren Sammlung, Energielenkung und Meditation werden erweitert. (Dharana und Dhyana).

## **S 10 Intensivwoche**

Dies ist das Abschlusseminar des Levels Basics.

Hauptanliegen ist das Vertiefen und Verfeinern des bereits Erlernenen. Ein gutes Fundament im Level Basics befähigt die TeilnehmerInnen, die gesunde Ausführung bei

sich selber und anderen sicher zu stellen. Der Transfer der erworbenen Erfahrung und des Wissens auf den Alltag und auf andere Bewegungsformen wird möglich.

Diejenigen, die ein international gültiges Zertifikat in TriYoga Basics erwerben möchten, erhalten auf diesem Seminar die Möglichkeit, eine Zertifizierung zu absolvieren. Die Betreffenden leiten unterschiedliche Abschnitte der Basics an. Die Unterlagen können hierfür verwendet werden (Auswendiglernen ist nicht nötig).

Die oben genannten Themenangaben sind ungefähre Angaben, es kann leicht variieren, je nach Gruppe.



## **Teilnahme**

Um an der Yogalehrer- Ausbildung teilnehmen zu können, sollten Sie folgende Bedingungen erfüllen:

- über 25 Jahre alt sein
- über eine abgeschlossene Berufsausbildung / Studium verfügen
- über eine dreijährige Yogapraxis / Yogaerfahrung verfügen

(in Ausnahmefällen kann stattdessen auch eine mindestens dreijährige Körperarbeit in anderen ganzheitlichen Disziplinen herangezogen werden (Tai Chi usw.)

- an einer Probestunde oder einem Probeseminar teilnehmen
- Senden Sie bitte Ihre Bewerbungsunterlagen mit Photo zu

⇒ falls Sie eine der Bedingungen nicht erfüllen, können wir in einem persönlichen Gespräch klären, ob Sie sich trotzdem für eine Teilnahme an der Ausbildung eignen.

## **Anmeldung**

- Die nächste Yogalehrer-Ausbildung BDY beginnt am 10. November 2017.
- Nach unserem Vorgespräch und positiver Rückmeldung durch die Ausbildungsleitung (Urvasi Leone) können Sie sich für die Ausbildung anmelden. Schicken Sie bitte Ihre vollständig ausgefüllte Anmeldung mit dem Gesundheitsfragebogen an folgende Adresse:
- Urvasi Leone - Akademie für Yoga Berlin  
Wilhelmshöher Straße 5

- 12161 Berlin
- Sollten sich Veränderungen der Kurstermine oder sonstige Veränderungen ergeben, werden die Teilnehmer unverzüglich vom Veranstalter benachrichtigt.

## Ausbildungskosten

Die Kosten für die Yogalehrerausbildung setzen sich aus folgenden Beträgen zusammen:

Anmeldegebühr	250,00 €
Monatliche Gebühr während der Ausbildungszeit (180,00 € x 48 Monate)	8.640,00 €
hinzu kommen:	
1 Intensivwoche zu Beginn des zweiten Ausbildungsjahres, (anstatt 635,- Euro für eine Intensivwoche gilt für AusbildungsteilnehmerInnen der ermäßigte Preis)	450,00 €
1 Intensivwoche zu Beginn des dritten Ausbildungsjahres, zum ermäßigten Preis	450,00 €
6 interne Lehrproben (davon 5 à 90,00 € je Lehrprobe, eine Lehrprobe zu 100,- € bei Urvasi Leone)	550,00 €
Prüfungsgebühr für die BDY-Abschlussprüfung (zahlbar in zwei Raten, zu je 375,- €)	750,00 €

Hinzu kommen die zwei externen Lehrproben an anderen Yogaschulen; diese werden vom jeweiligen Veranstalter (einer anderen vom BDY anerkannten Yogaschule) direkt in Rechnung gestellt. Der Besuch eines fortlaufenden Yogakurses – im Gegensatz zu den meisten anderen Ausbildungsschulen – kann auf freiwilliger Basis erfolgen, ist aber nicht unbedingt notwendig, da genügend Yogapraxis in die Ausbildungsseminaren integriert ist.

## Ausbildungsunterlagen

Die TriYoga Handbücher (Manuals) sind Grundlage des Unterrichts und Bestandteil der Unterrichtsmaterialien. TriYoga Handbücher können entweder direkt über die Akademie für Yoga oder über TriYoga International bezogen werden. Ein Manual kostet derzeit 108,00 US\$ (Stand: Juni 2017). Die Kosten werden von TriYoga International in Rechnung gestellt und sind per Kreditkartenzahlung oder (kostenpflichtiger) Bankanweisung zu entrichten. Wenn Sie die Handbücher über uns organisieren, entfallen Porto (ca. 15 US\$) und Zollgebühren.

Im ersten Jahr: Basics : 108,- \$ \*

ab Herbst 2018: Level 1: 108,- \$ \*

ab Winter 2019: Level 2: 108,- \$ \*

\* Dies sind die Preise im September 2017, sie können sich geringfügig ändern und wir weisen darauf hin, dass wir keinen Einfluss auf die Preise der TriYoga-Handbücher (Manuale) haben.



Weitere Ausbildungsunterlagen, die von Urvasi Leone ausgegeben werden, sind nur für den persönlichen Gebrauch bestimmt. Das Urheberrecht in Schrift, Bild oder auf elektronische Medien liegt allein bei Urvasi Leone. Bei Zitaten aus den Ausbildungsunterlagen ist die Quelle zu benennen. Ein Mitschnitt des Unterrichts oder Unterrichtsteilen ist nicht gestattet. Die Dozentenliste kann aus wichtigen Gründen verändert oder ergänzt werden.

## Zahlungsmodalitäten

Mit der Anmeldung entrichten Sie eine Anmeldegebühr in Höhe von 250,00 Euro. Damit ist Ihr Platz gesichert. Die Anmeldegebühr ist Teil der Ausbildungsgebühren. Die Anmeldung wird schriftlich bestätigt und gilt somit als verbindlich. Danach sind die verbleibenden Kursgebühren in Raten zu zahlen:

1. Von November 2017 bis einschließlich Oktober 2021 wird der Betrag von 8640,- Euro in 48 Raten zu je 180,00 Euro monatlich gezahlt.
2. Nach Maßgabe des Berufsverbands BDY erfolgt die Prüfung zum Yogalehrer BDY nach Abschluss der 4 Jahre dauernden Ausbildung.
3. Die Zahlung der monatlichen Raten von je 180,00 Euro erfolgt bis zum 7. eines jeden Monats per Dauerauftrag. (Falls Sie Ihr Einkommen erst später erhalten, kann der Dauerauftrag nach Rücksprache mit Urvasi Leone auch bis zum 15. eines Monats erfolgen).

Separat gezahlt und nicht in den monatliche Raten enthalten, sind:

- insgesamt 6 interne Lehrproben,
- zwei Intensivwochen, zahlbar in einem oder in zwei Teilbeträgen
- das Prüfungsseminar, zahlbar in einem oder zwei Teilbeträgen zu je 375,- €, der erste Teilbetrag mit der Anmeldung zur Prüfung.
- die zwei externen Lehrproben, die an anderen vom BDY anerkannten Schulen absolviert werden, sind direkt bei den Veranstaltern zu zahlen (genaue Kosten und Konditionen sind dort zu erfragen)

Die Kosten für interne Veranstaltungen, werden wie folgt per Überweisung gezahlt:

**Lehrproben**, mit der separaten Anmeldung für die jeweilige Lehrprobe 1- 2 Monate im voraus

**Intensivwoche**, 2 Optionen:

- in einem Betrag vier Wochen im voraus oder
- in zwei Raten, 1. Rate vier Wochen/ 2. Rate eine Wochen vor dem Veranstaltungstermin

**Prüfungsseminar** zahlbar in einem Betrag oder zwei Raten zu 375,- €:

- die erste Rate, zwei Monate vor dem Prüfungsseminar; die zweite Rate vier Wochen vor dem Prüfungsseminar.

Nicht enthalten in den oben genannten Kosten ist die freiwillige Zertifizierung in TriYoga® mit internationaler Gültigkeit. Diese kostet pro Level zur Zeit der Drucklegung der Broschüre 108,- US\$; die Kosten werden von TriYoga International vorgeben und sind



direkt an TriYoga International zu entrichten. Eine Zertifizierung in Basics wird empfohlen, um national und international als TriYoga LehrerIn anerkannt zu sein.

Im Rahmen der BDY- Ausbildung besteht die Möglichkeit eine Zertifizierung in TriYoga Basics und in Level 1 zu erwerben.

Desweiteren besteht die Möglichkeit auf besonderen Wunsch, nach ca. 2 ½ Jahren den „**kleinen**“ **BDY Abschluss Basic** zu absolvieren. In diesem Fall müssen Sie nach 2 ½ Jahren bereits 5 interne Lehrproben absolviert haben sowie eine Abschlussarbeit schreiben. Die Veranstaltung Berufskunde, die üblicherweise im 4. Jahr stattfindet, müssen Sie in diesem Fall früher besuchen.

## **Ausbildungsort**

Die Yogalehrausbildung der Akademie für Yoga Berlin findet in den Räumen der Akademie in der Wilhelmshöher Str. 5, in 12161 Berlin statt. Der Ausbildungsort kann gegebenenfalls verlegt werden.

## **Versäumnis**

Bei nachweislicher Verhinderung durch Gründe, die der Kursteilnehmer nicht selbst zu verantworten hat, z.B. bei Erkrankung (mit ärztlichem Attest), kann der Teilnehmerin / dem Teilnehmer nach Ermessen der Akademie für Yoga angeboten werden, den versäumten Kursteil in einer darauffolgenden Gruppe zu einem vergünstigten Preis nachzuholen. Diese Möglichkeit besteht sofern Platz vorhanden ist. Ein Anspruch besteht nicht. Hiervon ausgenommen sind Lehrproben, Seminare mit Gastlehrern und Intensivwochen. Diese sind bei erneut zu zahlen.

Die Abwesenheit bei einem oder mehreren Seminaren entbindet nicht von der Zahlungspflicht.

## **Kündigung**

Die Kündigung der Ausbildung ist einmal im Jahr möglich, jeweils drei Monate vor Beginn des nächsten Ausbildungsjahres, neue Ausbildungsjahre beginnen jeweils im Oktober.

Die Kündigung muss bis spätestens 15. August eines Jahres erfolgen. Im Falle einer Kündigung sind die Kursgebühren für alle Ausbildungs-Veranstaltungen bis einschließlich Oktober des laufenden Ausbildungsjahres zu entrichten.

## **Tipps für die Teilnahme**

- Einlass: ab 30 Min. vor Kursbeginn
- bitte frische, lockere Kleidung und frische Socken (Stoppersocken) mitbringen;  
wir empfehlen für die langen Ausbildungstage für die zweite Tageshälfte ein frisches T-Shirt zum Wechseln mitzubringen (wegen der stark entgiftenden Wirkung der Yogapraxis, aus hygienischen Gründen)
- kurz vor und während eines Yogawochenendes sollte Alkoholgenuss unterbleiben, um beeinträchtigende Wirkungen während der Yogapraxis auszuschließen
- eine Flasche Wasser mitbringen
- Schreibzeug mit fester Unterlage (Schreibboard)
- Yogamatten und Hilfsmittel sind vorhanden
- Wer zu einem Termin verhindert ist, möge bitte per e-mail absagen, wenn möglich vor Kursbeginn.

## Anmeldung zur Yogalehrer-Ausbildung BDY / EYU

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Yogalehrer-Ausbildung mit dem Abschluss YogalehrerIn BDY / EYU (Schwerpunkt TriYoga) durch die Akademie für Yoga Berlin an.

Vorname \_\_\_\_\_ Name \_\_\_\_\_  
Straße \_\_\_\_\_ PLZ, Ort \_\_\_\_\_  
Tel. tagsüber \_\_\_\_\_ Tel. abends \_\_\_\_\_  
Tel. mobil \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_  
Geb. Datum \_\_\_\_\_ Berufsbezeichnung \_\_\_\_\_

Zahlungsweise:

Die hiermit fällig werdende Anmeldegebühr von Euro 250,- habe ich an Urvasi Leone IBAN: DE37 1005 0000 1020 1190 94 / BIC: BELADEVB33 bei der Sparkasse Berlin unter dem Stichwort „**Yogalehrausbildung BDY-U**“ überwiesen.

8.640,- Euro werden in 48 Monatsraten gezahlt, 48 x 180,- €, per Dauerauftrag. Die erste Rate wird bis 7. November 2017 gezahlt (oder bis zur Mitte eines Monats, nach Rücksprache). Die letzte Ratenzahlung erfolgt im Oktober 2021.

- Die Gebühren für die zwei Intensivwochen (je 450 €) werden separat überwiesen, wie im Infoblatt beschrieben.
- Die Gebühren für die sechs Vorstellstunden werden jeweils mit der Anmeldung überwiesen (Preise wie im Infoblatt)
- Die Gebühren für die BDY – Prüfung kann in einem Betrag oder in zwei Teilbeträgen à 375,- € gezahlt werden: die erste Rate 2 Monate vor dem Prüfungsseminar; die zweite Rate vier Wochen vor dem Prüfungsseminar.

Ich habe die Teilnahmebedingungen über die Ausbildung sowie Zahlungsweise und Kündigungsfrist im Informationsblatt zur BDY-Ausbildung Gruppe U gelesen und erkläre mich damit einverstanden.

\_\_\_\_\_  
Ort Datum 1. Unterschrift

Widerspruchsbelehrung:

Ich kann meine vorstehende verbindliche Anmeldung innerhalb von 14 Tagen, gerechnet vom Zeitpunkt der Anmeldung gegenüber Urvasi Leone schriftlich widerrufen. Zur Wahrung der Frist genügt die bewiesene rechtzeitige Absendung des Widerrufs.

\_\_\_\_\_  
Ort Datum 2. Unterschrift

⇒ Wir empfehlen Ihnen, dieses Formular für Ihre eigenen Unterlagen zu kopieren.  
(falls Sie keine Möglichkeit dazu haben, geben Sie uns einfach bescheid und wir fertigen gerne

eine Kopie für Sie an)

## Angaben zur Gesundheit

Die folgenden Angaben sind wichtig, damit Ihre persönliche Situation im Unterricht berücksichtigt werden kann, da gegebenenfalls bestimmte Haltungen abgewandelt oder vermieden werden müssen. Ihre Angaben werden vertraulich behandelt, nicht in den Computer getippt und nicht an Dritte weitergegeben. Eine gesundheitliche Einschränkung muss kein Ausschlusskriterium sein.

Bitte informieren Sie uns insbesondere über: Bandscheibenvorfälle, (bitte angeben, wann), Rücken- und Kniebeschwerden sowie weitere aktuelle Beschwerden, z.B. Bluthochdruck, erhöhter Augeninnendruck, Schilddrüsenüberfunktion, Herzerkrankungen, Asthma, Diabetes, Einschränkungen durch Operationen in der Vergangenheit, Einschränkungen durch Unfall, dauerhafte Medikamenteneinnahme (wie Betablocker, Schilddrüsenmedikamente), Endoprothesen (z.B. Metallimplantate in Gelenken, künstliches Hüftgelenk), und ähnliches. ⇒ gegebenenfalls auf einem beigelegten Blatt weiterschreiben.

---

---

---

---

---

---

---

RaucherIn:  ja  nein

Ernährung:  vegan  ovo-lakto-vegetabil (vegetarisch mit Milch und Ei)  
 Ich esse alles

Ich bestätige hiermit, dass ich keine Psychopharmaka einnehme.

Für den Fall, dass Sie sich derzeit in psychiatrischer Behandlung befinden, bitten wir um Rücksprache, damit wir gemeinsam klären können, ob eine Teilnahme an der Ausbildung für Sie eine gute Option ist. (Falls Sie eine Psychotherapie machen, brauchen Sie uns dies nicht mitzuteilen)

Ich bin darüber informiert, dass Interessentinnen und Interessenten mit Drogen- oder Alkoholproblemen nicht an der Ausbildung teilnehmen können.

---

Ort, Datum

Unterschrift (AusbildungsteilnehmerIn)