



Yoga in der Therapie

Zweiteiliger Weiterbildungskurs für Yogalehrende, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Ärzte, Psychologen und Angehörige anderer Gesundheitsfachberufe

Der Nutzen von Yoga bei verschiedenen Krankheitsbildern oder zur Erhaltung der Gesundheit ist mittlerweile – auch von den Kostenträgern – anerkannt.

Der hohe therapeutische Wirkungsgrad des Yoga kann unspektakulär in vielen Alltagssituationen eingesetzt werden. Yogaelemente sind jedoch auch problemlos in die therapeutische Arbeit zu integrieren; dies gilt entsprechend auch in der Anwendung des Ayurveda-Konzepts. Dabei werden insbesondere in den therapeutischen Yogaformen die individuell zu erstellenden Übungskonzepte ganzheitlich orientiert und wertschätzend an die Möglichkeiten und Fähigkeiten des Übenden angepasst. Die gezielte Atemarbeit unterstützt das Wohlbefinden allgemein und hat einen positiven Einfluss auf die Psyche.

In dieser Fortbildung wird der hohe therapeutische Wirkungsgrad des „Yoga der kleinen Schritte“ deutlich gemacht und wie er unspektakulär in allen Alltagssituationen eingesetzt werden kann. Es werden auch Möglichkeiten aufgezeigt, wie Yogaelemente in die therapeutische Arbeit integriert werden können um mehr Ganzheitlichkeit und Wertschätzung zu erzielen.

Der Grundkurs und der Aufbaukurs bilden eine inhaltliche Einheit. Die Belegung beider Kurse wird empfohlen. Bei Einzelbelegung muss auf jeden Fall die Reihenfolge eingehalten werden. Yoga ist von den Kassen nach § 20 SGB V als Maßnahme zur Primärprävention anerkannt. Die erforderliche Stundenzahl ist mit den jeweiligen Kostenträgern abzustimmen.

Die Teilnahme an Grund- und Aufbaukurs ist Voraussetzung für Nicht-Yogalehrende zur Teilnahme am dreijährigen Yogalehrergänzungsstudium „Yoga und Therapie“. Weitere Informationen dazu unter: www.yogaschulungen.de

Termine

Die Weiterbildung beinhaltet einen zweitägigen Grundkurs und einen dreitägigen Aufbaukurs.

Grundkurs (2 Tage)

Therapeutische Wirkungen des Yoga auf Körper und Psyche

24.01 - 25.01.2015

Aufbaukurs (3 Tage)

Vertiefung der Therapeutischen Wirkungen des Yoga auf Körper und Psyche mit Einführung in die Ayurvedalehre

24.04 - 26.04.2015

Der Grundkurs kann auch als Einzelmodul gebucht werden, ist aber Voraussetzung für eine Teilnahme am Aufbaukurs.

Referenten

Tina Wiora

Integrale Physiotherapeutin, Zertifizierte Yogalehrerin, Ayurvedatherapeutin

Michael Meyer

Yogalehrer im Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland, Begründer von "communicari concepts" Gesundheitsmanagement, Blieskastel.

Veranstaltungsort, Preise und Anmeldung

Ort	Panakeia <i>Integrale Heilkunst im Lazarettgarten</i> Lazarettstrasse 1 76829 Landau www.panakeia-landau.de
Preise	Grundkurs: 195,00 EUR Aufbaukurs: 315,00 EUR Grund- & Aufbaukurs bei gemeinsamer Buchung: 495,00 EUR
Zahlungsbedingungen und Stornogebühren	Nach Anmeldung ist eine Anzahlung von 10% der Kursgebühr zu zahlen, damit eine verbindliche Buchung vorliegt. Die Gesamtsumme ist spätestens bis 10 Tage vor Beginn des ersten gebuchten Kurstages zu überweisen. Bei Rücktritt von der Anmeldung bis 30 Tage von dem ersten gebuchten Kurstag erstatten wir die bereits gezahlten Beträge inkl. der Anzahlung zurück. Danach und bis 10 Tage vor dem ersten gebuchten Kurstag behalten wir die Anzahlung ein und erstatten nur ggf. darüberhinaus bereits bezahlte Beträge. Bei Nichterscheinen oder einem Rücktritt innerhalb von 10 Tagen vor dem ersten Kurstag ist die gesamte Kursgebühr fällig.
Ansprechpartnerin und Anmeldung	Tina Wiora tina.wiora@panakeia-landau.de 06341/677641

Kursinhalte und weitere Detailinformationen

Zielgruppe	Yogalehrende, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Ärzte, Psychologen und Angehörige anderer Gesundheitsfachberufe
Voraussetzung zur Teilnahme	Für die Teilnahme an diesem Kurs gibt es keine verbindlichen Voraussetzungen, allerdings ist der Kurs für Teilnehmer, die nicht zur Zielgruppe gehören, nicht in jedem Fall ratsam. Es ist <u>keine</u> Voraussetzung, dass die Teilnehmer selbst Yogapraktizierende oder –lehrer sind
Inhalte und Schwerpunkte des Grundkurs	<p>In dieser Fortbildung wird der hohe therapeutische Wirkungsgrad des „Yoga der kleinen Schritte“ deutlich gemacht und wie er unspektakulär in vielen Alltagssituationen eingesetzt werden kann. Es werden auch Möglichkeiten aufgezeigt, wie Yogaelemente in die therapeutische Arbeit integriert werden können um mehr Ganzheitlichkeit und Wertschätzung zu erzielen.</p> <p>Dabei werden die Grundlagen des pädagogisch-therapeutischen Yoga-Konzeptes bezogen auf die wirbelsäulenzentrierte Körperarbeit in Theorie und Praxis dargestellt und erarbeitet:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Einüben von Körper- und Atemübungen nach den Bedürfnissen und Fähigkeiten der Klienten2. Wirkungsebenen von Körper- und Atemübungen bei Menschen mit Rückenbeschwerden3. Zentrierungs- und Entspannungsübungen

**Inhalte und
Schwerpunkte des
Aufbaukurs**

Vertiefung des Yoga- und Ayurvedakzeptes bezogen auf die Körper- und Atemarbeit bei gesunden und kranken Menschen und deren Wirkungen auf Wirbelsäule, Organe und Psyche:

1. Didaktik von Vor- und Rückbeugen zur Mobilisierung und Kräftigung des Bewegungsapparates in Theorie und Praxis
2. Anwendung von Körper- und Atemübungen und deren Auswirkung auf die Psyche
3. Übungen zur Anregung oder Beruhigung des Stoffwechsels nach ayurvedischen Gesichtspunkten
4. Analyse von Bewegungsabläufen durch Testübungen
5. Erstellen von individuellen Übungskonzepten für eingeladene Klienten

**Genauere Uhrzeiten
an den Kurstage**

Grundkurs

Samstags, 10:00 – 17:00 Uhr

Sonntags, 09.00 – 16.00 Uhr

Aufbaukurs

Freitags, 10:00 – 17:00 Uhr

Samstags, 09:00 – 17:00 Uhr

Sonntags, 09:00 – 16:00 Uhr

**Mitzubringende
Gegenstände**

Bequeme Kleidung, Schreibzeug, evtl. eine Decke

**Unterbringung und
Verpflegung**

Die Kursgebühren beinhalten die Teilnahme am Kurs und Bereitstellung von Materialien. Unterbringung und Verpflegung sind nicht enthalten. Teilnehmern, die eine Übernachtungsgelegenheit vor Ort benötigen, können wir gerne Hotels und Pensionen in der Nähe nennen. Wir übernehmen aber nicht die Buchung oder Vermittlung von Übernachtungsgelegenheiten.

**Links mit weiteren
Informationen im
Internet**

www.panakeia-landau.de

www.yogaschulungen.de

**Weiterführende
Ausbildungen**

Die Teilnahme an Grund- und Aufbaukurs ist Voraussetzung für Nicht-Yogalehrende zur Teilnahme am dreijährigen Yogalehrergänzungsstudium „Yoga und Therapie“.

Weitere Informationen dazu unter: www.yogaschulungen.de