

### Leitung: Werner Hölling



Jahrgang 1965, Yogalehrer  
Leiter des Yoga Balance Studios  
Marburg  
Fortbildungen in allen bekannten  
Yogastilen  
deutschlandweit als Dozent in  
Yogalehrer-Ausbildungen tätig  
eigene Yogapraxis seit 30 Jahren  
Rückenschulleiter  
Buchautor

### Gastdozenten

#### Michael Örs

Yogalehrer, Heilpraktiker

#### Ulrike Ebel

Yogatherapeutin, Kommunikationstrainerin

#### Lisa Uhlig

Yogalehrerin, Yogatherapeutin

#### Nicole Ehlert

Yogalehrerin, Yogatherapeutin

#### Marian Fritzsche

Yogalehrer, Yogatherapeut, Thai Yoga Massage

#### Sundaram

Yogalehrer, Musiker

& andere

### Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

- Kontinuierliche eigene Yogapraxis
- Regelmäßige Teilnahme an den  
Ausbildungsterminen
- Bereitschaft zum Selbststudium
- Teamfähigkeit

### Noch Fragen?

Für weitere Informationen stehen wir Ihnen  
gerne zur Verfügung:



Werner Hölling  
Schwanallee 31 (Gebäude 1)  
35037 Marburg

Tel.: 0 64 21 - 97 90 575  
info@yoga-balance.de  
www.yoga-balance.de

# Yoga Lehrer/in Ausbildung



Marburg 2025-2027

## Die Ausbildung

Die Ausbildung und die Prüfung sind an den Standard des BDFY (Bund der freien Yoga-Lehrer) angelehnt. Der Lehrplan erfüllt alle inhaltlichen Anforderungen vergleichbarer Yoga-Lehrer Ausbildungen. Die Ausbildung hat einen Umfang von 640 Stunden und geht über 2 Jahre.

Die 640 UE umfassen folgende Themenblöcke:

- Philosophie des Yoga
- Anatomie des menschlichen Körpers
- Anatomiemodelle im Hatha Yoga
- Yogatherapie (Yoga bei Beschwerden)
- Geistig seelische Dimension des Yoga
- Einführung in bekannte Yogastile
- Atemtechniken
- Didaktik des Yogaunterrichtens
- Übungsfolgen
- Ausführliche und intensive Praxis
- Prüfung

### Kosten

Die Kosten der Ausbildung betragen 5.300 € (500 € Anzahlung, Restbetrag in Ratenzahlung möglich).

## Ausbildungsinfos

Eine Yogalehrer/innen Ausbildung wird dich persönlich und auch beruflich bereichern. Lass dich von spannenden Themen wie Philosophie, Spiritualität, Anatomie, Körper und Atemübungen und Meditation inspirieren. Du lernst außerdem, wie man didaktisch und methodisch sinnvoll Yoga-Sequenzen unterrichtet und begleitest andere Menschen auf ihrem Yoga Weg.

Unsere Besonderheit ist eine stilübergreifende Yoga-Ausbildung, wir sind auf keinen Yoga-Stil festgelegt und geben dir daher einen umfassenden Einblick in die Yoga- Stile und Traditionen mit einem großen Praxisteil.

Wir bieten dir eine profunde Ausbildung mit einem sehr kompetenten und herzlichen Team verschiedener Dozenten/innen. Wir bilden seit 20 Jahren aus und verfügen über viel Lehr-erfahrung.

Die Ausbildung ist vom Regierungspräsidium als berufliche Fort- und Weiterbildung anerkannt, d.h. du kannst die Ausbildungskosten steuerlich absetzen.

Die Ausbildung erfüllt darüber hinaus die Anforderungen der Gesetzlichen Krankenkassen für eine mögliche Anerkennung als zertifizierter Kursleiter.

## Ausbildungsdauer

Wir bieten die Ausbildung berufsbegleitend an folgenden Wochenenden an:

### 2025

31.01. - 02.02. (Fr - So)  
01.03. - 02.03. (Sa - So)  
29.03. - 30.03. (Sa - So)  
26.04. (So)  
24.05. - 25.05. (Sa - So)  
14.06. - 15.06. (Sa - So)  
24.08. (So)  
13.09. - 14.09. (Sa - So)  
19.10. (So)  
08.11. - 09.11. (Sa - So)  
14.12. (So)

### 2026

24.01. - 25.01. (Sa - So)  
14.02. - 15.02. (Sa - So)  
21.03. - 22.03. (Sa - So)  
25.04. - 26.04. (Sa - So)  
10.05. (So)  
13.06. - 14.06. (Sa - So)  
29.06. - 03.07. (Intensivwoche)  
16.08. (So)  
05.09. - 06.09. (Sa - So)  
24.10. - 25.10. (Sa - So)  
14.11. - 15.11. (Sa - So)  
06.12. (So, Schriftliche Prüfung)

### 2027

08.01. - 10.01. (Prüfungstage)

### Unterrichtszeiten:

Freitags von 09.30 Uhr - 16.00 Uhr  
Samstag von 09.30 Uhr - 17.00 Uhr  
Sonntags von 10.00 Uhr - 16.30 Uhr