

Start-Paket

für deine Yoga Ausbildung

Willkommen im besten Vorbereitungskurs für deine Yoga Ausbildung.
Dein Yoga Weg beginnt hier.

Das erwartet dich:

- ✓ Webinare, Tutorials, Checkliste, Übungsvideos, Audios, Textvorlagen
- ✓ Yoga Philosophie, Anatomie, Asana, Flow, Atem, Meditation, Literatur

Starte deine Reise als Yogalehrerin mit Klarheit und Selbstvertrauen!

Du liebst Yoga und spielst mit dem Gedanken, selbst zu unterrichten? Doch diese Fragen halten dich noch zurück: „Bin ich bereit dafür?“ oder „Was erwartet mich in der Ausbildung?“

Mit diesem **Startpaket** bekommst du genau die Unterstützung, die du brauchst! Wir klären Unsicherheiten, vertiefen dein Wissen und geben dir wertvolle Tipps, wie du den Schritt von der Yoga-Liebhaberin zur inspirierenden Lehrerin meisterst.

In 7 Schritten bereiten wir dich optimal auf deine Yoga-Ausbildung vor.

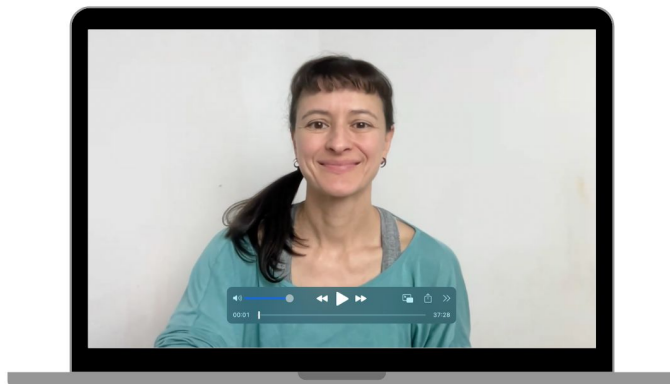
1. Yoga Philosophie (Webinar)
2. Yoga Anatomie (Webinar)
3. Asana Analyse Tutorial: Fehler im Abschauender Hund (Tutorial)
4. Flow Yoga: Sonnengruß A anleiten (Video) inkl. Textvorlage (pdf)
5. Atemübung: Volle Yoga Atmung (Video)
6. Meditation: 61 Lichtpunkte (Audio)
7. Buchempfehlungen (Checkliste)

Los geht's

1. Webinar Yoga Philosophie

In diesem Webinar lernst du die Grundlagen der Yoga Philosophie kennen.

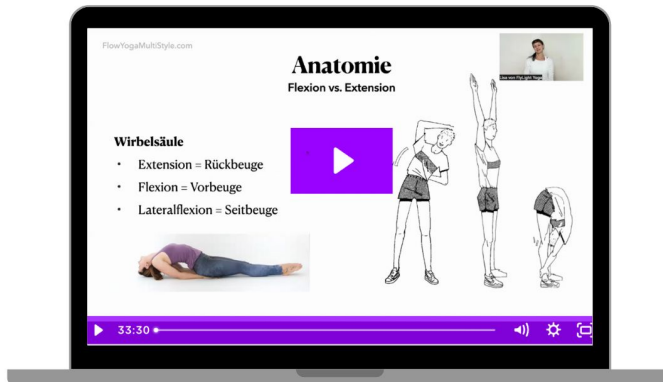
[>> zum Webinar](#)



2. Webinar Yoga Anatomie

Lerne die Grundlagen und wichtige Fachbegriffe der Yoga Anatomie kennen.

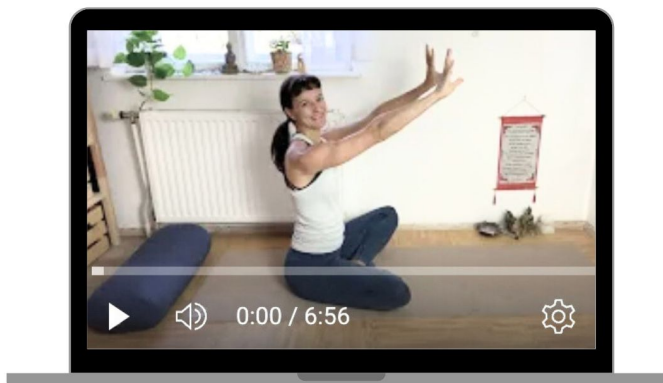
>> zum Webinar



3. Tutorial Asana Analyse: Fehler im Abschauenden Hund

In diesem Webinar lernst du wichtige Grundlagen und Fachbegriffe der Yoga Anatomie.

>> zum Webinar



4. Flow Yoga: Sonnengruß A anleiten

Lerne wie du diese klassische Asana Abfolge mit der Atmung am effizientesten anleitest.

>> zum [Übungsvideo](#)

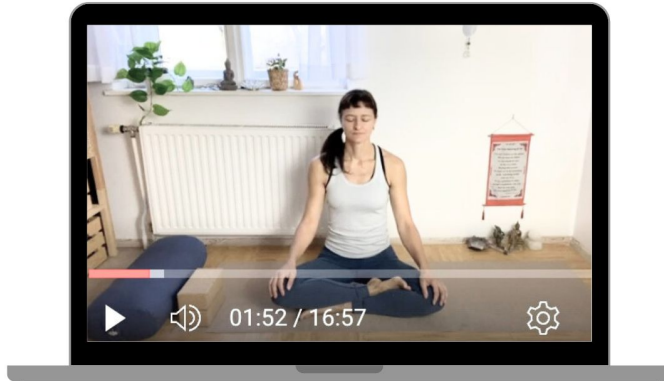
>> zur [Textvorlage](#) für die Anleitung als pdf



5. Pranayama: Volle Yoga Atmung

Diese Atemtechnik ist die Grundlage für jede Yogapraxis. So kannst du sie ganz einfach anleiten.

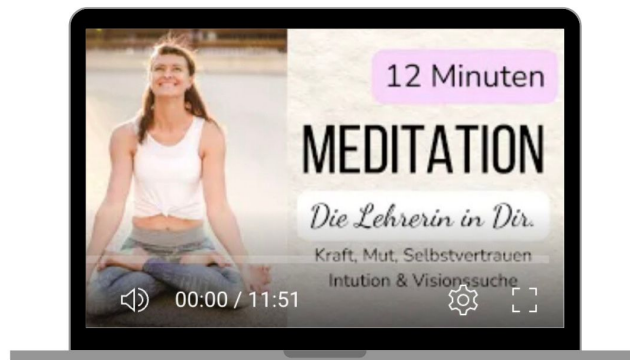
>> [zum Übungsvideo](#)



6. Meditation: 61 Lichtpunkte

Finde Fokus und Entspannung mit dieser Yoga Nidra Meditation im Liegen.

>> [Zur Meditation](#)



7. Buchempfehlungen - Yoga Literatur

Diese 3 Yoga Bücher werden dich ein Leben lang begleiten. Du kannst sie schon vor deiner Yoga Ausbildung besorgen und startest so mit einem großen Vorsprung in deine Ausbildung.

Viel Spaß beim Lesen:

📘 Buch 1) "Die verborgene Kraft des Yoga"
Eine weibliche Sicht der Yoga-Sutras von Nischala Joy Devi

📖 Buch 2) "Funktionelle Yoga Anatomie"
Muskulatur, Asanas und Bewegungen von Jo Ann Staugaard-Jones

📖 Buch 3) "Yoga-Workouts gestalten"
Yoga unterrichten, Band 1 von Mark Stephens

Bist du bereit für mehr?

Hol dir 50 % Rabatt

auf diese Kurse mit Gutscheincode: **Startpaket**

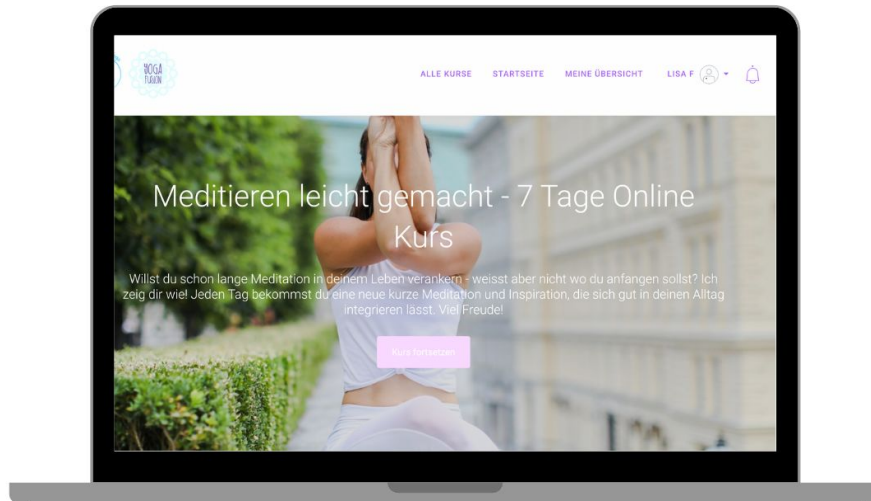
(Aktionszeitraum begrenzt)

Meditieren leicht gemacht

7 Tage Online Kurs

Statt € 58,- für dich nur € 29,-

[>> Rabattcode einlösen](#)

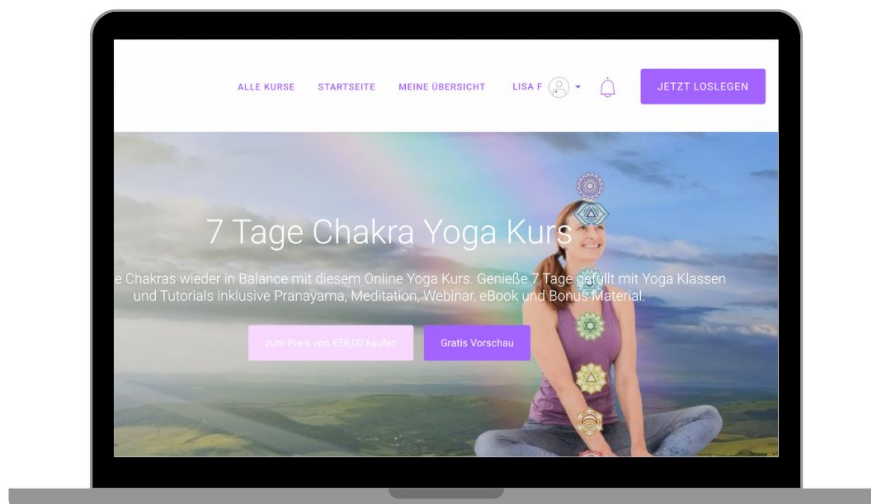


Chakra Yoga

7 Tage Online Kurs

Statt € 58,- für dich nur € 29,-

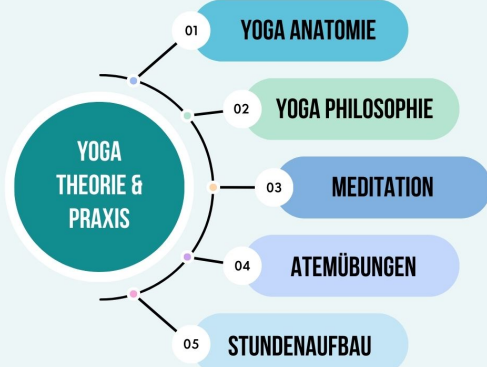
[>> Rabattcode einlösen](#)



Viel Freude mit den Online Kursen!

[Zur Online Yoga Ausbildung Multi-Style/online](#)

YOGA AUSBILDUNG *Multi-Style*



FlowYogaMultiStyle.com

1



HATHA YOGA

Ist die Grundlage der praktischen Ausbildung für die anatomisch korrekte Ausrichtung der Asanas.

2

VINYASA FLOW

Wir verbinden die einzelnen Asanas in kreative Abfolgen die Spaß machen und inspirieren.



FlowYogaMultiStyle.com

3



AERIAL YOGA

Entdecke den Spaßfaktor und die schwerelose Leichtigkeit im Aerial Yogatuch.

4

ACRO YOGA

Eine fantastische Mischung aus Partner Yoga, Akrobatik und Thai Massage für jedes Level geeignet.



FlowYogaMultiStyle.com

5



YIN YOGA

Diese langsame aktive Achtsamkeitspraxis ist ideal um Loszulassen und bewusst nach Innen zu schauen.

6

YOGA NIDRA

Auch als yogischer Schlaf bekannt ist Yoga Nidra eine bewährte Technik zur Tiefenentspannung.



FlowYogaMultiStyle.com

So vielfältig WIE DU!

Präsenz, Online, Hybrid
oder als Bildungskarenz

Hatha, Vinyasa Flow,
Aerial Yoga, AcroYoga,
Yin Yoga, Yoga Nidra

Bonus schnappen!



Dein Traumberuf ZUM GREIFEN NAH

Du bist bereit!

finde eine wirklich sinnvolle Aufgabe, die dich selbst und andere glücklich macht.

Vertiefe deine Praxis und entwickle dich persönlich weiter.

Schaff dir ein zweites finanzielles Standbein für mehr Freiheit und Unabhängigkeit.

Finde Gleichgesinnte und neue Freunde.



FlowYogaMultiStyle.com

Noch Fragen?

Buch dir dein kostenloses und unverbindliches [Beratungsgespräch](#).