



# Yogalehrausbildung

BDY/EYU (4 Jahre)

BDY Basic (2,5 Jahre)

Ausbildungsbeginn: September 2026

## Yoga

**lernen — lehren - leben**



**Yogaschule Straubing,  
Albrechtsgasse 27  
94315 Straubing**

**Tel: 09421 / 82244**

E-Mail: [yoga@yogaschule-straubing.de](mailto:yoga@yogaschule-straubing.de)  
[www.yogaschule-straubing.de](http://www.yogaschule-straubing.de)

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## INHALT

|                                                     |        |
|-----------------------------------------------------|--------|
| UNSERE AUSBILDUNGSSCHULE STEHT FÜR: .....           | - 4 -  |
| BESONDERHEITEN UNSERER SCHULE .....                 | - 5 -  |
| UNSER SERVICE UND VORTEILE UNSERER AUSBILDUNG ..... | - 6 -  |
| LEHRPLAN: INHALTLICHE ÜBERSICHT .....               | - 11 - |
| VERLAUFSPLAN WOCHENENDSEMINARE .....                | - 12 - |
| LEHRPROBEN .....                                    | - 13 - |
| EINZELUNTERRICHT .....                              | - 13 - |
| AUSBILDUNGSKOSTEN .....                             | - 13 - |
| AUSBILDUNGSLEITUNG .....                            | - 14 - |
| UNSERE DOZENTEN .....                               | - 14 - |

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

UNSERE AUSBILDUNGSSCHULE STEHT FÜR:



*Mach dich auf den Weg,  
wir begleiten dich gerne auf deiner Reise!*

# Yogalehrausbildung BDY/EYU



## BESONDERHEITEN UNSERER SCHULE

- ॐ Langjährige Erfahrung in der Yogalehrausbildung
  - Seit 2002 Yogalehrausbildung YSS
  - Seit 2012 Yogalehr-Ausbildung BDY/EYU
- ॐ Gewachsenes, erfahrenes Yogalehrer-Dozenten-Team
  - Namhafte, anerkannte Yogalehrer\*innen aus dem In- und Ausland
- ॐ Basis ist die Tradition Krishnamacharya/Desikachar, deren Wurzeln auf 950 n. Chr. zurückgehen
- ॐ Vielfalt im Know-how des Dozententeams: Jeder unterrichtet sein Kompetenzgebiet. Alle Dozenten können auf eine fundierte Ausbildung und jahrlange eigene Yogapraxis zurückgreifen
- ॐ Die Ausbildung
  - gibt das nötige Handwerkszeug, um später fundiert verschiedene Gruppen zu unterrichten. (z.B. Jugendliche, gesunde und sportliche Menschen, Menschen mit körperlichen Einschränkungen, Senioren oder Businessyoga)
  - legt das Fundament später auch ggf. im Einzelunterricht tätig zu sein.
  - bietet Raum für die eigene Persönlichkeitsentwicklung.
  - bietet Raum für eigene praktische Yogaerfahrung.

Egal, ob du später nebenberuflich oder hauptberuflich als Yogalehrer\*in tätig sein willst, oder ob du die Ausbildung persönlich für dich selbst machst. Du wirst in dieser Ausbildung eine Menge lernen – vor allem über sich selbst.

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## UNSER SERVICE UND VORTEILE UNSERER AUSBILDUNG

- Kostenlose Yoga-Schnupperstunde, um uns kennenzulernen
- Unverbindliches persönliches Kennenlern-Gespräch
- Unterlagen zu den Seminaren incl. (Handout, Präsentationen etc.)
- Kostenloser Download-Bereich auf der Homepage für die Unterlagen zur Ausbildung
- Gutes Preis-Leistungs-Verhältnis (u. a. breit gefächertes Dozententeam)
- Familien- und berufsfreundlich, da der Sonntag frei ist
- Vereinfachte Zertifizierung für die Krankenkassenanerkennung möglich (nötige Unterweisung findet während der Ausbildung statt)
- Besondere Ausbildungs-Intensiv-Wochen bieten Raum für tiefergehende Yogaerfahrungen.
- Der von uns gewählte Unterrichtsaufbau legt das Fundament, später auch therapeutisch im Einzelunterricht arbeiten zu können.
- Jeder Ausbildungslehrgang wird von einer kompetenten Assistenz begleitet.
- Auswärtige Schüler\*innen können in der Schule übernachten.
- Ideale Lage der Schule in der Altstadt in Straubing (nette Restaurants zum Mittagessen, kostenlose Parkplätze am Großparkplatz Hagen, zum Bahnhof nur 800 m)
- Wunderschöne, stimmige Räume
- Du hast bereits eine Yogalehr-Ausbildung abgeschlossen und willst nun den Titel "Yogalehrer/in BDY/EYU" erwerben? Nach Prüfung deiner absolvierten Lehrinhalte werden dir entsprechende Teile der bisherigen Ausbildung anerkannt.



# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## UNSER AUSBILDUNGSKONZEPT

Die Yogaschule Straubing legt Wert auf eine ausgewogene Yogalehrausbildung, die sich an den Bedürfnissen der Yogalehrenden und -übenden von heute und morgen orientiert und die sich der Akzeptanz des Yoga in unserer Gesellschaft verpflichtet fühlt. Die besonderen inhaltlichen



Schwerpunkte liegen im Bereich der Yoga-Philosophie. Die Ausbildung orientiert sich an der Tradition Krishnamacharya / Desikachar / Sridhar, ohne darauf zu verzichten, die Zusammenhänge auch aus der Perspektive moderner Vedanta-Lehrer und der integralen Spiritualität zu betrachten. Auf das Zusammenspiel von Atemfluss und Bewegung legen wir in der Yogapraxis ein besonderes Augenmerk, um mit Körperarbeit und Tiefenentspannung sowie Meditation eine ganzheitliche Geistesschulung und Entwicklung zu ermöglichen. Die Yogalehrausbildung an der Yogaschule Straubing zeichnet sich durch ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis aus. Organisatorisch gliedert sich die Ausbildung in vier Ausbildungsjahre, die jeweils im September nach dem Ende der Schulferien in Bayern beginnen. Nach Abschluss des zweiten Ausbildungsjahres besteht die Möglichkeit, eine Prüfung abzulegen, die dazu berechtigt, den Titel Yogalehrer / Yogalehrerin BDY Basic zu tragen. Am Ende der vierjährigen Ausbildung besteht die Möglichkeit, die national wie international anerkannte Abschlussprüfung zum Yogalehrer / zur Yogalehrerin BDY/EYU zu absolvieren. Es ist jedoch auch für Yoga-Interessierte, die nicht unterrichten möchten, möglich, an der Ausbildung teilzunehmen, ohne die Prüfungen zu absolvieren. Die Ausbildungseinheiten bestehen in jedem der vier Ausbildungsjahre aus zehn bis elf Wochenendseminaren mit 14 Unterrichtseinheiten je 45 Minuten, einer Intensiv-Woche (fünf Tage) mit 48 Unterrichtseinheiten je 45 Minuten sowie Lehrproben. Dieses Konzept der berufsbegleitenden Ausbildung ist besonders familienfreundlich, da Sonntage grundsätzlich frei sind und so neben Beruf und Ausbildung auch noch Zeit für familiäre und private Verpflichtungen und Interessen bleibt. Während der vierjährigen Ausbildung in unserer Schule ist es uns wichtig, ein Zusammenspiel von philosophischer und psychologischer Unterweisung zu lehren, das zu einer individuellen persönlichen Erfahrung und Entwicklung führt.

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

Dabei lernen die Auszubildenden genaue Methodik, Didaktik und Kompetenz im Unterrichten von Gruppen. Es wird auch die erste Basis gelegt, im Einzelunterricht Menschen zu begleiten und diese in passender Weise zu unterstützen. Die zukünftigen Yogalehrer\*innen sollen den Yoga als spirituellen Entwicklungsweg erfahren, der den Einzelnen in seinem Alltag unterstützt und ihm zu mehr Ruhe, Zufriedenheit und Leichtigkeit im alltäglichen Tun verhilft. Yoga ist nicht nur ein Übungsweg, sondern auch ein Lebensweg, der Veränderungs-, Wachstums-, und Heilungsprozesse initiiert. Die persönliche Begleitung auf deinem Weg ist uns sehr wichtig. Die Ausbildung bietet ein Rüstzeug, aus der eigenen Erfahrung heraus eine/r kompetente/r Wegbegleiter/in für Schüler\*innen zu sein, um neue Lebensimpulse zu setzen und die yogische Lebensweisheit in den Alltag zu integrieren. Wir lehren in unserer Schule einen Yoga, der sich an den individuellen Voraussetzungen der Gruppenzusammensetzung orientiert. Vermittelt wird das Yoga-Wissen durch anerkannte, erstklassige und in der Yoga-Szene bekannte Referent\*innen mit langer persönlicher Erfahrung und hoher Fachkompetenz, die zum Teil schon seit vielen Jahren in der BDY-Ausbildung tätig sind und / oder eigene BDY-Ausbildungsschulen leiten. Unsere Schule hat ihren Sitz im historischen Stadtzentrum von Straubing, in der Albrechtsgasse 27. Wir sind in einem wunderschönen, Jahrhunderte altem historischem Gebäude untergebracht. Extra für die Bedürfnisse der Yogaschule wurde im Zuge der sehr gefühlvollen Renovierung der gesamte Dachboden ausgebaut. Alte Strukturen wurden dabei mit moderner Architektur harmonisch vereint. Die Grundfläche der Schule beträgt ca. 360 qm. Das Herz der Schule bilden zwei Yoga-Räume mit ca. 90 und ca. 60 qm. Eine Teeküche, ein Umkleideraum, Toiletten und ein Badezimmer mit Dusche stehen den Kursteilnehmer\*innen zur Verfügung. An den Ausbildungswochenenden können die Kursteilnehmer\*innen in der Schule gegen eine geringe Kostenbeteiligung übernachten. Durch die zentrale, aber ruhige Lage in der Altstadt von Straubing gibt es genügend Möglichkeiten, mittags und abends essen zu gehen. Mit dem Auto und mit der Bahn ist die Yogaschule gut erreichbar. Kostenlose Parkplätze sind am Großparkplatz Hagen in ausreichender Zahl vorhanden.

# Yogalehrausbildung BDY/EYU



## VORAUSSETZUNG FÜR DIE TEILNAHME AN DER AUSBILDUNG

Es gelten die Auswahlkriterien des BDYoga für die Yogalehrausbildung

- Mindestalter von 20 Jahren, das eine gewisse persönliche Reife und gefestigte Persönlichkeit erwarten lässt
- Erfahrungen im Umgang mit Menschen, also Offenheit für deren Anliegen und die Bereitschaft, die eigene Situation wahrzunehmen
- ca. zwei Jahre eigene Yoga-Praxis unter Anleitung durch entsprechend qualifizierte Yogalehrende
- Gespräch mit der Ausbildungsleitung

Die persönlichen Beweggründe und die persönliche Eignung für den Yogalehrberuf werden im Bewerbungsprozess geprüft und beurteilt. Besonders bedeutend ist uns dabei der Eindruck, der im ausführlichen persönlichen Gespräch entsteht. Wichtig sind uns neben Verantwortungsbewusstsein und persönlicher Reife auch Toleranz und Offenheit sowie die Bereitschaft, Yoga nicht nur zu lehren, sondern auch zu leben. Dabei ist es wichtig, dass nach unserer Auffassung Yoga Freiheit und Verantwortung ist und Hirn, Herz und Humor beim Yoga lehren und lernen nicht zu kurz kommen dürfen.

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## WARUM BDYoga?

## WARUM YOGALEHRER/IN BDY/EYU?

- Qualität und Erfahrung: Der BDYoga steht für Qualität und Erfahrung
- Krankenkassen Anerkennung: Unsere Ausbildung erfüllt alle Anforderungen

Der Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V. (BDYoga) ist seit 1967 der maßgebliche Berufsverband für Yogalehrende in Deutschland. Er ist weltanschaulich neutral und vereint rund 5000 Yogalehrende. Der BDYoga setzt sich für die gesellschaftliche Anerkennung des Yoga in Deutschland ein. Er vertritt die berufspolitischen Interessen der Yogalehrenden insbesondere gegenüber Politik, Ministerien, Krankenkassen und deren Spitzenverbänden sowie weiteren Akteuren des Gesundheitswesens und fördert die wissenschaftliche Erforschung von Yoga. Grundlage der Ausbildung sind die BDY-Rahmenrichtlinien "Yogalehrerin/Yogalehrer BDY/EYU", die der BDYoga auf der Grundlage des Basisprogramms der "Europäischen Yoga-Union" (EYU) entwickelt hat. Durch die festgelegten Richtlinien zur Yogalehrausbildung und die geforderten minimalen Unterrichtseinheiten (600 Stunden) bietet die Ausbildung zum Yogalehrer\*in BDY/EYU eine sehr hohe Qualität und zählt zu den hochwertigsten Yogalehr-Ausbildungen in Deutschland. Zusätzlich beinhaltet die Anerkennung als Yogalehrer\*in BDYoga auch die europaweite Anerkennung durch den EYU (European Union of Yoga). Diese Ausbildungsstandards erfüllen die Anforderungen des "Leitfadens Prävention", die Voraussetzungen für eine Zertifizierung der Kurse als Präventionskurs bei der "Zentralen Prüfstelle Prävention" (ZPP) sind uns somit für die Anerkennung durch die Krankenkassen benötigt werden.



# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## LEHRPLAN: INHALTLICHE ÜBERSICHT

### Lehrplan zur Yogalehrausbildung BDY/EYU in der Yogaschule Straubing Übersicht nach Fächern

| Hauptthemen                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Yoga-Praxis</b>                                                       | <p>Asana: Analyse von Rückbeugen, Vorbeugen, Seitbeugen, Drehungen, Umkehrhaltungen, Gleichgewicht</p> <p>Vinyasa: Ikrama - sinnvoller Aufbau der Yogaprinzipien / Korrektur in der Asanapraxis</p> <p>Yoga in verschiedenen Lebenslagen / Vertiefung der Yogaprinzipien / Anspruchsvolle Asana</p> <p>Atem im Asana, Pranayama, Bandha, Kriya, Mudra</p> <p>Entspannung und Körperwahrnehmung, Verfeinerung der Wahrnehmung in Bezug auf Körper, Atem und Geist</p> <p>Energetische Zusammenhänge im Hatha Yoga</p>                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Meditation</b>                                                        | <p>Yoga-Meditation</p> <p>Neurobiologie von Meditation</p> <p>Techniken der Entspannung, Spannungsregulation</p> <p>Meditationspraxis unter Anleitung um vertiefte Erfahrung zu ermöglichen</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Unterrichtsgestaltung<br/>Pädagogik</b>                               | <p>Grundlagen der Unterrichtsgestaltung und Aufbau von Kursen</p> <p>Planung und Analyse von Stunden und Kursen, Didaktik und Methodik</p> <p>Stimme, Sprache, Kommunikation, Gruppendynamik</p> <p>Schulung der Lehrerpersönlichkeit durch Weiterentwicklung der Lehrkompetenzen</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Psychologie</b>                                                       | <p>Yoga und Psychologie</p> <p>Selbst- und Fremdwahrnehmung</p> <p>Persönlichkeitsentwicklung und Gruppenprozesse</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Lehrproben</b>                                                        | <p>7 interne Lehrproben</p> <p>1 externe Lehrprobe</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Medizinische Grundlagen</b>                                           | <p>Bewegungsapparat</p> <p>Verdauungssystem, Ausscheidung, Atmung, Herz und Kreislauf</p> <p>Nervensystem und Endokrinum</p> <p>Anpassung an besondere gesundheitliche Situationen</p> <p>Yoga und Ayurveda</p> <p>Aktueller Stand der Grundlagen- und klinischen Forschung zu Yoga</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Gesundheitsförderung</b>                                              | <p>Biopsychosoziales Modell einschließlich Salutogenese</p> <p>Strategien und Handlungsfelder der Gesundheitsförderung</p> <p>Konzepte von Gesundheit und Krankheit</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Geschichte, Philosophie<br/>und Quellentexte</b>                      | <p>Geschichte Indiens und des Yoga, Traditionen und Lehrer</p> <p>Sanskrit und Vedio-Chant</p> <p>Relevante historische Yogakode: Patanjali Yoga-Sutra Kapitel I, II, III, IV / Bhagavadgita</p> <p>Veden, Vedanta und Upanishaden</p> <p>Tantra und Hatha Yoga Pradipika</p> <p>Ethik im Yoga-Sutra, im Yoga-Unterricht und Alltag, Ethik und Philosophie in Ost und West</p> <p>Parallelen zu westlicher Philosophie, Weltreligionen und Mystik</p> <p>Vertieftes Studium von traditionellen Yoga-Texten (z. B. Veden, Upanishaden, Vedanta, Sankhya, Yoga-Sutra des Patanjali, Bhagavadgita, Tantrismus und Hatha-Yoga-Schriften) mit dem Schwerpunkt der Selbstreflexion und der Resilienz im Alltag und im Unterricht</p> |
| <b>Berufsorientierung</b>                                                | <p>Existenzgründung und Finanzen: Praktische Tipps</p> <p>Berufsfelder und -bilder, Marketing</p> <p>Onlineunterricht im Yoga</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Gesamt Unterrichtseinheiten in Präsenz Yogalehrausbildung BDY/EYU</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>800</b>                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Kriterien des BDY:  
Abschluss Basic BDY  
Abschluss BDY/EYU

Gesamtunterrichtseinheiten: 655 UE davon 500 UE in Präsenz (Selbstlernzeit\* 155 UE)  
Gesamtunterrichtseinheiten: 1055 UE - davon 800 UE in Präsenz (Selbstlernzeit\* 255 UE)  
\*Selbstlernzeit: z.B. Zeit für Hausaufgaben, Vorbereitung/Vorbereitung der Seminare, Eigenständige Vertiefung, Schreiben der Prüfungsarbeit

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## VERLAUFSPLAN WOCHENENDSEMINARE

| Freitag                                  | Samstag           |            | Stunden     |
|------------------------------------------|-------------------|------------|-------------|
| 16:00 -17:30 Uhr                         | 09:00 - 10:30 Uhr | Unterricht | 1,5 / 1,5   |
|                                          |                   |            |             |
| 17:30 -18:00 Uhr                         | 10:30 -10:45 Uhr  | Pause      |             |
|                                          |                   |            |             |
| 18:00-19:30 Uhr                          | 10:45-12:15 Uhr   | Unterricht | 1,5 / 1,5   |
|                                          |                   |            |             |
| 19:30-19:45 Uhr                          | 12:15-12:30 Uhr   | Pause      |             |
|                                          |                   |            |             |
| 19:45-20:30 Uhr                          | 12:30-13:00 Uhr   | Unterricht | 0,75 / 0,5  |
|                                          |                   |            |             |
|                                          | 13:00 -14:30 Uhr  | Pause      |             |
|                                          |                   |            |             |
|                                          | 14:30-16:00 Uhr   | Unterricht | 1,5         |
|                                          |                   |            |             |
|                                          | 16:00-16:15 Uhr   | Pause      |             |
|                                          |                   |            |             |
|                                          | 16:15 -18:00 Uhr  | Unterricht | 1,75        |
|                                          |                   |            |             |
| <b>Stunden Gesamt (entspricht 14 UE)</b> |                   |            | <b>10,5</b> |

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## LEHRPROBEN

Im Rahmen der Ausbildung werden Lehrproben abgehalten, d.h. der Auszubildende hält eine Yogastunde, die im Anschluss besprochen wird. Es gibt sieben interne und einen externen Lehrprobentag. An den Lehrprobentage wird die Ausbildungsgruppe in Untergruppen eingeteilt. Die sieben internen Lehrproben verteilen sich wie folgt: Gegen Ende des ersten Schuljahres findet die erste Lehrprobe statt. Im zweiten bis vierten Schuljahr sind je zwei Lehrprobentage. Die externe Lehrprobe sollte im mittleren bis letzten Teil der Ausbildung erfolgen. Die Teilnahme an der externen Lehrprobe wird vom BDYoga organisiert und kann über die Homepage des BDYoga gebucht werden.

## EINZELUNTERRICHT

Innerhalb der vierjährigen Ausbildung sind acht Einzelstunden zur Qualitätssicherung und persönlichen Entwicklung zu absolvieren.

## AUSBILDUNGSKOSTEN

Die Ausbildungsgebühr beträgt 175 Euro pro Monat über 48 Monate und eine Anzahlung über 350 Euro. Hinzu kommen bei Teilnahme an den Prüfungen die Prüfungsgebühren in Höhe von einmalig 350 Euro (Basic BDY als Zwischenprüfung) oder 450 Euro (Basic BDY, wenn mit dieser Prüfung die Ausbildung beendet wird) und 250 Euro (BDY/EYU). Nicht in diesen Kosten enthalten sind Übernachtungen in externen Seminarhäusern, Reisespesen, Verpflegung etc. sowie die Kosten für die Einzelstunden und der externen Lehrprobe. Die Ausbildungskosten können in der Regel als vorweggenommene Betriebsausgaben steuerlich geltend gemacht werden, sofern die Absicht besteht, zu unterrichten.



# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## AUSBILDUNGSLEITUNG

**Ingrid Paulus**, Yogalehrerin BDY/EYU, Schulleitung



Jahrgang 1979  
gelernte Bankkauffrau, Wirtschaftsfachwirtin  
seit 2015 hauptberuflich Yogalehrerin, Ausbildung zur Yogalehrerin YSS an der Yogaschule Straubing  
Ausbildung zur Yogalehrerin BDY/EYU an der Yogaschule Mandiram in München, Yoga-Therapie-Weiterbildung bei D. V. Sridhar  
Fortbildungen bei Sukumar Shetty (Vedanta) in Südindien, Helga Simon-Wagenbach (Yogameditation), Yoga für Schwangere, in Weiterbildung bei Dr. Sri Krishna (Pranayama und Meditation), Lehrtätigkeit im Gruppen- und Einzelunterricht, Seminararttigkeit

## UNSERE DOZENTEN

**Eberhard Bähr**, Yoga- und Vedanta-Lehrer Vivekananda Institut, Bangalore



Jahrgang 1960  
Studium der Betriebswirtschaft  
Yogalehrer- und Yogatherapeut-Ausbildung im Vivekananda Institut in Bangalore  
Vedanta-Studium bei Sukumar Shetty, Phaniraj, Prof. Shastri und Dr. Nagendra in Bangalore  
Tätigkeit als Yogalehrer und Yogatherapeut im Vivekananda Institut in Bangalore  
Gründung des Yoga-Seminarhauses Upansana in Südindien mit Sukumar Shetty  
Reiseleiter für spirituelle Reisen in ostasiatische Länder wie Indien, Nepal, Tibet und Sri Lanka  
Leiter von spirituellen Zentren in Griechenland und La Palma, Dozent in verschiedenen vom BDY anerkannten Ausbildungsschulen

**Laura Casu**, Yogalehrerin BDY/EYU



seit 2003 direkte Schülerin von D. V. Sridhar  
Sanskrit-Studium bei Prof. Saraswati Mohan und Dr. Kamakshi in Chennai  
Shiatsu-Praktikerin GSD  
Arbeitsschwerpunkte: Yoga-Philosophie, Vedic-Chant und der Yoga-Therapie Cikitsa,  
sie leitet gemeinsam mit ihrem Mann Stefan Fuchs seit 2003 ein Gesundheitszentrum in Erlangen und unterrichtet in der Yogalehrer-Aus- und Weiterbildung

**Angelika Doerne**, Yogalehrerin BDY/EYU



Jahrgang 1972  
Dipl.-Pädagogin, Heilpraktikerin für Psychotherapie, Gestalttherapie, Integrative Systemaufstellung, Gewaltfreie Kommunikation, körper- und beziehungsorientierte Traumatherapie, Transpersonale Psychotherapie;  
seit 9 Jahren Schülerin im Diamond Approach (Almaas)  
Langjährige Tätigkeit als Yogalehrerin und psychotherapeutisch in psychosomatischer Klinik Heiligenfeld  
Seit 20 Jahren intensive Beschäftigung mit verschiedenen spirituellen Traditionen (Zen, Tibetischer Buddhismus, Vipassana, Yoga) und längere Aufenthalte in Indien  
Eigene Praxis für ganzheitliche Psychotherapie und Lebensentfaltung in München  
Seminarleiterin und Autorin

**Dr. Dirk R. Glogau**, Yogalehrer BDY/EYU



Jahrgang 1960  
Studium der Fächer Biologie, Germanistik und Philosophie sowie der Pädagogik, Psychologie und Soziologie mit Abschluss Staatsprüfung für das Lehramt in der Sekundarstufe II  
wissenschaftliche Mitarbeit an der Universität GHS Essen im Bereich Germanistik, interdisziplinäre Studien zum Konstruktivismus und Promotion zum Dr. phil., Unterrichtspraxis und fachjournalistische Tätigkeiten  
langjährige Yogapraxis und Ausbildung zum Yogalehrer BDY/EYU sowie YVM in der Yogaausbildungsschule Yoga Vision München, jetzt Vision Yogamandiram München,  
Ausbildung in Yogatherapie bei D. V. Sridhar  
regelmäßige Studienaufenthalte im Yoga Raksanam in Chennai, Südindien, bei D. V. Sridhar sowie bei Sukumar Shetty in Samse, Südindien  
Leiter des Yoga Zentrum Bayerwald, Dozent in verschiedenen vom BDY anerkannten Ausbildungsschulen

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## Karin Kapros, Yogalehrerin BDY/EYU



Jahrgang 1951  
Studium der Germanistik, evangelischen Theologie und Philosophie an der Universität Kiel mit Abschluss Staatsexamen  
vierjährige Yogalehrausbildung an der Schule Yoga Vision in München bei Karin Fuchs mit Abschluss Yogalehrerin BDY/EYU  
Fortbildung bei R. Sriram „Yoga-Therapie im Einzelunterricht“, Yoga teacher trainer KHYF, autorisiert von T. K. V. Desikachar  
Fortbildung in Transpersonaler Psychologie bei Dr. Ingo Jahrsetz in Freiburg,  
seit 2009 selbstständig tätig mit eigener vom BDY anerkannter BDY-Ausbildungsschule Vision Yogamandiram München

## Alexandra Kaiser, Yogalehrerin BDY/EYU



Gesundheitspädagogin (SKA-Sebastian-Kneipp-Akademie)  
Svastha Yogatherapie nach Ganesh Mohan und Dr. Günter Niessen  
Bietet Yogakurse für unterschiedliche Zielgruppen u.a. in der Multimodalen Schmerztherapie in der Kreisklinik Würth  
seit 2011 Yoga für 55plus und seit 2014 Yoga im Seniorenheim an

## Astrid Klinski, Yogalehrerin BDY/EYU



Ausbildung zur Moderatorin BDY;  
Lehrerin der Linie Samyama Integrale Yoga-Meditation  
diverse Weiterbildungsseminare und –Veranstaltungen zu Yogapraxis; insbesondere in „Yoga nach Iyengar“ und „Yoga in der Tradition Desikachar/ Krishnamacharya“  
regelmäßiger Unterricht und Supervision bei Karen Kold Wagner und Petra Pramschiefer u.a. zu den Themen: Yoga bei Rückenbeschwerden, Yoga bei Depressionen und Burn-Out, Yoga für Frauen: Schwangerschaft, Wechseljahre, hormonelle Dysbalancen; Weiterbildung bei R. Sriram in Yogaphilosophie, insbesondere Yogasutra und Bhagavadgita;  
Weiterbildung für Yoga im Einzel-Unterricht bei Karen Kold Wagner; intensive Zen-Praxis bei verschiedenen Lehrern, insbesondere bei Prof. Michael von Brück und Paul Shepard; Zertifikat Funkkolleg Psychologie (von den Ärztekammern anerkannte Weiterbildung für Ärzte und Psychotherapeuten);  
Unterricht in Sanskrit und Mantra bei Vivek Nath; Yoga-Samyama bei Harald Homberger

## Birgit Plößl, Yogalehrerin BDY/EYU



Jahrgang 1969,  
Apothekerin, Weiterbildung Homöopathie und Naturheilverfahren,  
Ausbildung zur Yogalehrerin YSS/BDY/EYU an der Yogaschule Straubing  
1 Jahr Weiterbildung Yoga der Energie bei Agathe Brettschneider und Boris Tatzky  
Fortbildung bei Sukumar Shetty (Vedanta) in Südindien  
Lehrtätigkeit im Gruppen- und Einzelunterricht, Wochenendseminare

## Nicole Niedermeier, Kommunikationstrainerin



verheiratet, zwei Kinder  
Studium der Rechtswissenschaft in Regensburg und Lausanne mit Abschluss zur Volljuristin  
lange Jahre zugelassene Rechtsanwältin  
vielfältige berufliche Stationen in Beratung, Politik und Marketing  
Ausbildung in gewaltfreier Kommunikation  
Ausbildung zum Vier-Elemente-Coach  
mittlerweile tätig als Kommunikationstrainerin und Coach mit Schwerpunkt gewaltfreier Kommunikation für Firmen, Bildungseinrichtungen und Einzelpersonen

# Yogalehrausbildung BDY/EYU

## **Robert Scheu**, Yogalehrer BDY/EYU



Jahrgang 1971  
gelernter Versicherungskaufmann  
seit 2016 hauptberuflich Yogalehrer,  
Ausbildung zum Yogalehrer YSS / Basic BDY und Yogalehrer BDY/EYU an der Yogaschule Straubing,  
Yoga-Therapie-Weiterbildung bei D. V. Sridhar,  
in Weiterbildung bei Dr. Sri Krishna (Pranayama und Meditation)  
Lehrtätigkeit im Gruppen- und Einzelunterricht, Seminartätigkeit

## **D. V. Sridhar**, Yogalehrer Krishnamacharya Yoga Mandiram



Studierter Ingenieur  
ehemaliger Director of Yoga Studies am Krishnamacharya Yoga Mandiram in Chennai, Südindien  
Leiter des Instituts Yoga Raksanam in Chennai  
international in der Yogalehreraus- und -weiterbildung tätig  
Arbeitsschwerpunkte in der Yoga-Philosophie und -therapie

## **Anke Weiß**, Yogalehrerin BDY/EYU



Jahrgang 1973  
Studium Lehramt an Grundschulen mit Hauptfach Englisch und Zusatzqualifikation Deutsch als Zweitsprache  
Ausbildung zur Yogalehrerin YSS/BDY/EYU an der Yogaschule Straubing  
Weiterbildung Yoga für Kinder und Jugendliche, Yoga für Schwangere  
Weiterbildung Principle Based Partner Yoga Level I+II bei Elysabeth Williamson  
Fortbildungen bei Helga Simon-Wagenbach, Sukumar Shetty, D. V. Sridhar,  
Weiterbildung Yoga und Psychotherapie an der Yogaschule Erlangen, derzeit in Weiterbildung bei Dr. Niessen  
„Svasthas-Yogatherapie“,  
Regelmäßige Studienaufenthalte in Indien  
Lehrtätigkeit an der Yogaschule Straubing

## **Christian Weiß**, Yogalehrer BDY/EYU



Jahrgang 1973  
Studium Sozialpädagogik mit Schwerpunkt Jugendarbeit und Erwachsenenbildung  
Ausbildung zum Yogalehrer YSS / BDY/EYU an der Yogaschule Straubing  
Weiterbildung Principle Based Partneryoga Level I + II bei Elysabeth Williamson  
Fortbildungen bei D. V. Sridhar, Ashtanga-Yoga bei Heike Katharina Schmidt und Andreas Loh  
Weiterbildung Yoga und Psychotherapie an der Yogaschule Erlangen  
Lehrtätigkeit an der Yogaschule Straubing