

ZEUGNIS

Hiermit bestätigt der
Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.

– Ordentliches Mitglied der Europäischen Yoga-Union (EYU) –

vertreten durch das unterzeichnende Vorstandsmitglied und
den unterzeichnenden Prüfungsausschuss, dass

Kerstin Meyer-Kröpke

die Prüfung zur Yogalehrerin BDY/EYU erfolgreich bestanden hat.

Die Ausbildung erfolgte durch

Yoga Schule Hannover

Dieses Zeugnis berechtigt zur Führung der Berufsbezeichnung

Yogalehrerin BDY/EYU

unter der Maßgabe, auch in Zukunft den großen Traditionen
der altindischen Weisheits- und Lebenslehre des Yoga

– in einer für den abendländischen Menschen angemessenen Weise –
verbunden zu bleiben und in diesem Sinne den Menschen allgemein
und künftigen Yogaschülern im Besonderen zu dienen.

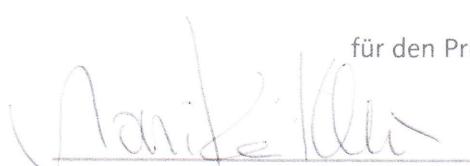
Göttingen

Ort

05. März 2016

Datum

für den Prüfungsausschuss:



Schulleitung



BDY-Prüferin/BDY-Prüfer

für den Vorstand des BDY:





Zentrum für Aus- und Fortbildung an der Yoga Schule Hannover
vom Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland (BDY) anerkannte Ausbildungsschule
Mitgliedschule im Fachverband Kompetenznetz Yoga
Leitung: Monika Klein

Zertifikat

Kerstin Meyer-Kröpke

hat mit der Prüfung vom 04. bis 05.03.2016 die vierjährige Ausbildung zur
Yogalehrerin

erfolgreich abgeschlossen.

Die Ausbildung ist vom BDY - Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V. - anerkannt und erfolgte nach dessen Richtlinien.

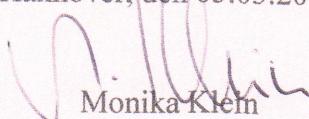
Die Ausbildung zur Yogalehrerin beinhaltete eine ausführliche Beschäftigung mit Yogapraxis, Unterrichtsgestaltung, Anatomie, Physiologie, Krankheitslehre, Philosophie und Psychologie des Yoga und angrenzender Gebiete, sowie interne und externe Lehrproben. Die Ausbildung umfasste mindestens 720 Unterrichtseinheiten in vier Jahren.

Frau Meyer-Kröpke ist im Besonderen qualifiziert, im Yoga-Gruppenunterricht auf die Bedürfnisse der einzelnen Teilnehmenden angemessen einzugehen. Dies gilt auch bei gesundheitlichen Problemen der Übenden.

Im Rahmen der Ausbildung hat sie gelernt, Menschen, die Yoga individuell praktizieren möchten, persönlich anzuleiten und zu begleiten.

Die auf kritisches Fragen und Diskussion angelegte Ausbildung versetzt sie in die Lage, ihre Arbeit zu reflektieren und ihren Yogaunterricht offen und hinterfragbar zu gestalten.

Hannover, den 05.03.2016



Monika Klein

Inhalte der vierjährigen Ausbildung zur/zum Yogalehrenden:

- ❖ Medizinische Grundlagen: Anatomie, Physiologie und Krankheitslehre
- ❖ Anpassung des Yoga-Übungssystems an die Möglichkeiten und Grenzen, Krankheiten und Einschränkung des einzelnen Menschen
- ❖ Konzepte der Körperhaltungen des Yoga (āsana); die umfassende Kenntnis ihrer Anwendung, Wirkweise und der Kontraindikationen im Rahmen einer Übungspraxis
- ❖ Konzepte der Atemübungen des Yoga (prāṇāyāma); die umfassende Kenntnis ihrer Anwendung, Wirkweise und der Kontraindikationen im Rahmen einer Übungspraxis
- ❖ Grundlagen der Meditation und Methodik der Meditation im Yoga-Unterricht
- ❖ Pädagogik des Yoga-Unterrichtens; Didaktik und Methodik der Unterrichtsgestaltung
- ❖ Möglichkeiten und Notwendigkeiten der Individualisierung der Yoga-Praxis für den Gruppen- und Einzelunterricht
- ❖ Anwendung des Yoga-Übungssystems für besondere Ziele und Zielgruppen: z.B. Yoga zur Stressbewältigung; Yoga für Menschen mit Rückenproblemen; Yoga in der Schwangerschaft; Yoga mit Kindern; Yoga mit Senioren
- ❖ Psychologische Grundlagen der Begleitung von Menschen im Gruppen- und Einzelunterricht, Krankheitslehre, Anpassung des Yoga-Übungssystems für Menschen mit psychischen Problemen und Störungsbildern
- ❖ Der philosophische Hintergrund des Yoga
- ❖ Unterrichtspraktika: regelmäßige Lehrproben unter Supervision
- ❖ Persönlichkeitsentwicklung durch Selbsterfahrung in individueller Übungspraxis mit Supervision
- ❖ Selbstgesteuerte Erarbeitung von Ausbildungsinhalten, einzeln und in Kleingruppen
- ❖ Berufspezifische Themen der Arbeit als Yogalehrende/r
- ❖ Supervision

Die Ausbildung hatte einen Gesamtumfang von 2400 Unterrichtseinheiten zu je 45 Minuten. Davon entfallen 720 UE auf den Präsenzunterricht und 1680 UE auf angeleiteten, dokumentierten, selbständigen Unterricht, einzeln und in Kleingruppen.

Die Ausbildung schloss mit einer Prüfung ab. Sie umfasste die Anfertigung einer schriftlichen Arbeit (60 Seiten), eine praktische Prüfung (Lehrprobe) und ein Prüfungsgespräch.