



Yoga & Cure
 Institut für Yoga, Yogatherapie
 und Ayurveda

Dr. med. Wiebke Mohme

Kurse - Ausbildungen - Seminare
 Am Weiher 7 • 20255 Hamburg
 Kanzowstr. 6 • 10439 Berlin
 Fon 0176.92308435
www.yogacure.de • info@yogacure.de

Ausbildung Yogatherapie Grundkurs

Yogatherapie ist die Anwendung der Lehren und Praktiken des Yoga um Krankheiten zu heilen oder Gesundheit zu erhalten.

Die Yogatherapie geht von einer Betrachtung des Menschen als Einheit von Körper-Geist-Bewusstsein aus.

Gesundheit wird als ein Zustand des dynamischen Gleichgewichts gesehen. Ziel ist es, dieses Gleichgewicht zu erhalten oder wiederherzustellen und Heilung und Stärkung auf allen Ebenen zu unterstützen.

Im Mittelpunkt der therapeutischen Arbeit steht die Entwicklung einer persönlichen Praxis. Diese befähigt den Patienten, sich aktiv und selbstwirksam für die Heilung oder Linderung der Erkrankung oder die Erhaltung der Gesundheit einzusetzen. Auch Akzeptanz und Integration der Erkrankung in das persönliche Leben kann Therapieziel sein.

Dabei kommen vorrangig die Elemente des achtfachen Yogaweges zum Einsatz. So wie sie in den Patanjali Yoga Sutras beschrieben werden. Zur Anwendung kommen insbesondere Asana (Körperübungen), Pranayama (Atemübungen) und Dhyana (Meditation).

Die Förderung von Achtsamkeit, Selbstwirksamkeit und Selbsterkenntnis sind Bestandteil der Therapie.

In der modernen Yogatherapie werden die Erkenntnisse der westlichen Medizin und Psychologie integriert. Auch die Behandlungskonzepte des Ayurveda können mit der Yogatherapie verbunden werden.

Besonders im Bereich chronischer Erkrankungen ist die Yogatherapie hilfreich. Sie kann aber auch in geeigneten Situationen für akute Erkrankungen genutzt werden.

Eine zunehmende Anzahl wissenschaftlicher Studien belegt die Wirksamkeit der Yogatherapie.

Unser Konzept

Die Herangehensweise in der Yogatherapie ist verbunden mit einer individuell gestalteten Auswahl der Elemente des Yoga (v.a. Asana, Pranayama, Meditation) für den betroffenen Patienten, die sich an seinen Bedürfnissen, Fähigkeiten, Reaktionen und Kontraindikationen durch die Erkrankung ausrichtet. Dabei ist in besonderer Weise die Beobachtungsgabe und Empathie des Therapeuten gefragt.

Ziel dieser Ausbildung ist es sowohl entsprechende medizinische Grundlagen, als auch Zugang zur praktischen Anwendung der Elemente des Yoga zu vermitteln. Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung, Sicherheit und Selbstfürsorge sind für Patient und Therapeuten notwendig. Ein weiterer Bestandteil der Ausbildung ist die Vermittlung von Grundprinzipien des Ayurveda und der Ernährungslehre, die das Verständnis von Krankheit und Gesundheit um neue Perspektiven erweitern und ergänzende Behandlungsansätze bieten.

Für wen ist die Ausbildung geeignet?

Für Menschen, die einen medizinischen Beruf ausüben und entweder über eine Ausbildung als Yogalehrer oder zumindest über mehrjährige praktische Yogaerfahrung verfügen.

Für Ärzte, Heilpraktiker und Physiotherapeuten ist diese Ausbildung eine Erweiterung ihrer therapeutischen Arbeit und Möglichkeiten.

Der Grundkurs der Ausbildung ist geeignet für Yogalehrer, die eine abgeschlossene Ausbildung von mindestens 200 Stunden und mindestens 1 Jahr Erfahrung im Unterrichten haben.

Für sie ist die Fortbildung in Yogatherapie sinnvoll, um Teilnehmer mit Erkrankungen gezielt unterrichten und unterstützen zu können.

Für den Aufbaukurs Yogatherapie wird eine Yogalehrerausbildung von 500 Stunden bzw. deren Abschluss bis zur Beendigung der Yogatherapie-Ausbildung vorausgesetzt.

Die Ausbildung führt nicht zur Erlangung einer Erlaubnis zur berufsmäßigen Ausübung der Heilkunde. Diese ist gesetzlich geregelt und Ärzten, Psychotherapeuten und Heilpraktikern vorbehalten (siehe <https://www.gesetze-im-internet.de/heilprg/BJNR002510939.html>).

Die Ausbildung wird nach den Qualitätsstandards der Deutschen Gesellschaft für Yogatherapie - DeGYT durchgeführt und schließt mit einer schriftlichen Prüfung ab.

Nach dem Grundkurs kann ein Aufbaukurs besucht werden, der sich spezifisch mit der Anwendung der Yogatherapie in einzelnen medizinischen Fachgebieten beschäftigt.

Umfang des Grundkurses

Der Grundkurs besteht aus 100 Unterrichtseinheiten (UE) als Kontaktlehrzeit.

Diese finden an 4 Wochenenden statt. Eine Unterrichtseinheit dauert 45 Minuten.

Unterrichtszeiten:

| | | |
|----------|---------------|-------|
| Freitags | 16.00 - 21.00 | 6 UE |
| Samstags | 09.00 - 18.15 | 10 UE |
| Sonntags | 09.00 - 17.15 | 9 UE |

Dozentin und Ausbildungsleitung:

Dr. med. Wiebke Mohme Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren,
Tätigkeitsschwerpunkte: Ernährungsmedizin, Yogatherapie, Ayurveda
Yogatherapeutin - IAYT Certified Yogatherapist
Yogalehrerin BDY/EYU, Forrest Yoga Teacher

Ein Aufbaukurs über 400 Stunden kann im Anschluss an den Grundkurs besucht werden.

Im Aufbaukurs werden medizinisches Wissen und die Yogatherapie für Erkrankungen aus den folgenden Gebieten vermittelt:

Innere Medizin

Bewegungsapparat

Endokrinologie, Immunsystem, Haut, Krebserkrankungen

Neurologie

Psychosomatik und Psychiatrie

Frauenheilkunde



Yoga & Cure
 Institut für Yoga, Yogatherapie
 und Ayurveda

Kurse - Ausbildungen - Seminare
 Am Weiher 7 • 20255 Hamburg
 Kanzowstr. 6 • 10439 Berlin
 Fon 0176.92308435
www.yogacure.de • info@yogacure.de

Inhalt des Grundkurses der Ausbildung Yogatherapie

Grundlagen der Yogatherapie (100 UE)

Modul 1: 20.07. – 22.07.18 Einführung in die Yogatherapie

- Was ist Yogatherapie?
- Geschichte der Yogatherapie
- Gesundheit und Krankheit aus Sicht des Yoga
- Was bedeutet Heilung?
- Was ist der Mensch - die Konzepte von Körper, Geist und Seele
- Die acht Elemente des Yoga nach Patanjali unter therapeutischen Gesichtspunkten: Yama, Niyama, Asana, Pranyama, Pratyahara, Dharana, Dhyana, Samadhi
- Asana, Pranayama, Entspannung, Achtsamkeitstraining, Meditation und Ernährung in der Therapie
- Rechtliche Aspekte der Arbeit mit der Yogatherapie
- Praktische Übungen

Modul 2: 14.09. – 16.09.18 Anatomie und Physiologie im therapeutischen Kontext

- Anatomie und Physiologie
- Ausführung der Asanas nach anatomischen, physiologischen und therapeutischen Gesichtspunkten
- Indikationen und Kontraindikationen der Asanas
- Von der Diagnostik zur Therapie: Anamnese, Untersuchung, Analyse, Diagnose und Therapiestrategie - Praxis

Modul 3: 02.11. – 04.11.18 Yogaphilosophie und Therapie, Embodiment, Entspannungsverfahren

- Ethik und Therapie
- Yogatherapie, Yogaphilosophie und Spiritualität
- Psychologische Aspekte der Yogatherapie, Embodiment
- Aspekte aus klassischen Yogaschriften
- Meditation in der Therapie
- Wissenschaftliche Studien
- Yogatherapie und Ayurveda
- Entspannungsverfahren

Modul 4: 30.11. – 02.12.18 Reinigungstechniken aus Yoga und Ayurveda, Schmerz, Stressbewältigung und therapeutische Haltung

- Kommunikation und Motivation in der Therapie
- Schmerz, physiologische und pathologische Aspekte
- Stress und Stressbewältigung
- Als Therapeut gesund bleiben - Mitgefühl und Abgrenzung
- Zusammenarbeit mit anderen medizinischen Berufen
- Fallbeispiele
- Gestaltung und Durchführung von Yogatherapie-Stunden für verschiedene Zielgruppen
- Krankheitsbilder in der Yogatherapie: Herz-Kreislaufkrankheiten, Bewegungsapparat, Erkrankungen der Atemwege, Stoffwechselkrankheiten
- Reinigungstechniken des Kriya Yoga und Ayurveda
- Abschlussprüfung

Die Ausbildungseinheiten werden praxisorientiert unterrichtet. In den praktischen Übungen, Therapiegestaltungen und Fallbeispielen werden verschiedene Krankheitsbilder angesprochen. Eine Vertiefung der Yogatherapie für spezielle Erkrankungen findet im Aufbaukurs statt.

Die Termine im Überblick:

| | |
|-----------------------------------|--|
| Modul 1: 20.07. – 22.07.18 | Einführung in die Yogatherapie |
| Modul 2: 14.09. – 16.09.18 | Anatomie und Physiologie im therapeutischen Kontext |
| Modul 3: 02.11. – 04.11.18 | Yogaphilosophie und Therapie, Embodiment, Entspannungsverfahren |
| Modul 4: 30.11. – 02.12.18 | Reinigungstechniken aus Yoga und Ayurveda, Schmerz, Stressbewältigung und therapeutische Haltung |

Dozentin:

| | |
|-----------------------|---|
| Dr. med. Wiebke Mohme | Fachärztin für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren, Tätigkeitsschwerpunkte: Ernährungsmedizin, Yogatherapie, Ayurveda Yogatherapeutin - IAYT Certified Yogatherapist Yogalehrerin BDY/EYU, Forrest Yoga Teacher |
|-----------------------|---|



Yoga & Cure
Institut für Yoga, Yogatherapie
und Ayurveda

Kurse - Ausbildungen - Seminare
Kanzowstr.6 – 10439 Berlin
Fon 0176.92308435
www.yogacure.de • info@yogacure.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen (AGB) für die Ausbildung Grundkurs Yogatherapie mit Dr. Mohme

Diese AGB gelten für die Ausbildung Yogatherapie - Grundkurs Yogatherapie. Sie werden verbindlich akzeptiert mit der Unterschrift der Teilnehmenden auf dem Anmeldebogen.

1. Anmeldung für die Ausbildung Grundkurs Yogatherapie

Voraussetzung für die Teilnahme ist eine schriftliche Anmeldung.

Der Ausbildungsplatz ist gesichert, sobald die Anmeldegebühr bezahlt wurde.

Sie erhalten schriftlich oder per E-mail eine Anmeldebestätigung. Mit der Anmeldebestätigung ist der Ausbildungsvertrag verbindlich zustande gekommen.

2. Teilnahmevoraussetzung

Teilnahmevoraussetzung für den Grundkurs ist eine abgeschlossene Yogalehrerausbildung von mindestens 200 Stunden oder ein Heilberuf und praktische Erfahrung im Yoga. Für den Aufbaukurs ist die erfolgreiche Teilnahme am Grundkurs Voraussetzung sowie eine Yogalehrerausbildung von mindestens 500 Stunden bzw. deren Abschluss bis zum Ende des Aufbaukurses.

3. Teilnehmerzahl

Der Grundkurs kommt zustande, sobald eine Teilnehmerzahl von mindestens 8 mit verbindlicher Anmeldung vorliegt.

Die maximale Teilnehmerzahl beträgt 20 Teilnehmer.

Anmeldungen werden bis zum Erreichen der maximalen Teilnehmerzahl nach Datum des Eingangs berücksichtigt.

Sollte die Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht werden, behält sich Yoga & Cure vor, den Ausbildungsbeginn zu verschieben oder abzusagen.

Bei Absage werden die bereits bezahlten Ausbildungsentgelte umgehend zurückerstattet. Dieses gilt ebenso auf Wunsch bei Verschiebung. Weitergehende Ansprüche an Yoga & Cure bestehen nicht.

4. Änderungen

Der Veranstalter behält sich Änderungen des Kursablaufs, der Termine, der Dozenten, Ausfall der Veranstaltung vor.

Die TeilnehmerInnen werden über Änderungen umgehend informiert.

Bei Verhinderung der Kursleitung wird nach Möglichkeit eine Vertretung gestellt. Sollte dieses nicht möglich sein, wird der Termin zu einem späteren Zeitpunkt nachgeholt.

Weitergehende Ansprüche sind ausgeschlossen.

5. Zahlungsweise, Ermäßigungen

Die Anmeldegebühr ist unmittelbar nach der bestätigten Anmeldung fällig und zu zahlen.

Die komplette Ausbildungsgebühr ist bis 14 Tage vor Kursbeginn zu bezahlen.

Ratenzahlungen sind in Ausnahmefällen und nach Absprache mit uns möglich.

Hierbei erheben wir eine einmalige Bearbeitungsgebühr von 100 Euro.

Ermäßigungen können nach individueller Absprache aus sozialen Gründen erfolgen.

6. Rücktritt

Ein Rücktritt vom Ausbildungsvertrag kann ausschließlich schriftlich erklärt werden.

Es kann ein Ersatzteilnehmer(in) gestellt werden, sofern diese(r) die Teilnahmevoraussetzungen erfüllt.

Ist dies nicht möglich, werden folgende Beträge berechnet:

Bei Rücktritt bis 4 Wochen vor Ausbildungsbeginn: 500 Euro.

Bei Rücktritt weniger als 4 Wochen vor Ausbildungsbeginn: 50% der Ausbildungsgebühr.

Bei Rücktritt weniger als 2 Wochen vor Ausbildungsbeginn: 100% der Ausbildungsgebühr.

7. Gesundheitliche Eignung

Die Teilnahme an der Ausbildung kann keine ärztliche Behandlung oder Therapie ersetzen.

Mit Unterzeichnung des Vertrages bestätigen die Teilnehmenden, dass Sie psychisch und physisch in der Lage sind, die Ausbildung zu absolvieren. Bei bestehenden Erkrankungen informieren Sie bitte die Kursleitung.

8. Teilnahmezertifikate

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung wird ein Zertifikat ausgestellt.

Ein Rechtsanspruch auf die Anerkennung der Zertifikate bei staatlichen oder privaten Institutionen besteht nicht.

9. Urheberrechte

Unterrichtsmaterialien wie z. B. Skripte, Handouts, Präsentationen etc. werden den Teilnehmenden ausschließlich zur persönlichen Nutzung ausgehändigt. Sie sind urheberrechtlich geschützt. Eine Vervielfältigung, Veröffentlichung, Verkauf, Übersetzung, Weitergabe an Dritte zur Verwendung außerhalb des Unterrichts bei Yoga & Cure ist nicht zulässig.

Yoga & Cure behält sich vor, während des Unterrichts Bild- und Tonaufnahmen für den eigenen Gebrauch zu machen.

Bild- oder Tonaufzeichnungen der TeilnehmerInnen während des Unterrichts sind nur mit ausdrücklicher Genehmigung der Kursleitung und der Leitung von Yoga & Cure möglich.

10. Haftung

Es wird ausdrücklich darauf hingewiesen, dass die in der Ausbildung vermittelten Inhalte lediglich Empfehlungen darstellen. Alle Teilnehmenden sind selbst für ihr Handeln verantwortlich.

Es können in keinem Falle Ansprüche gegenüber der Leitung und den Dozenten von Yoga & Cure geltend gemacht werden.

Die Ausübung der Heilkunde ist gesetzlich geregelt und Ärzten, Psychotherapeuten und Heilpraktikern vorbehalten. Personen ohne Heilkundeerlaubnis dürfen keine Erkrankungen diagnostizieren und therapieren. AusbildungsabsolventInnen ohne Heilerlaubnis können präventiv und begleitend arbeiten.

11. Datenschutz

Die Daten werden von Yoga & Cure nur intern im Rahmen der Zweckbestimmung des Vertragsverhältnisses verarbeitet, gespeichert oder genutzt. Eine Übermittlung an Dritte erfolgt nicht.

Sie können die gespeicherten personenbezogenen Daten jederzeit erfahren, ändern oder löschen lassen.

Yoga & Cure • Institut für Yoga, Yogatherapie und Ayurveda • Dr. Wiebke Mohme,
Kanzowstr. 6 • 10439 Berlin • Tel. 0176.92308435 • www.yogacure.de • info@yogacure.de

Bankverbindung: GLS Bank, Konto-Nr. 2043363900, BLZ 430 609 67
IBAN DE 82 4306 0967 2043 3639 00
Steuernr. 45/164/002496 Finanzamt Hamburg-Eimsbütte



Yoga & Cure
 Institut für Yoga, Yogatherapie
 und Ayurveda

Dr. med. Wiebke Mohme

Kurse - Ausbildungen - Seminare
 Kanzowstr. 6 • 10439 Berlin
 Fon 0176.92308435
www.yogacure.de • info@yogacure.de

Anmeldung für die Ausbildung Grundkurs Yogatherapie

Anrede / Titel: _____

Name, Vorname: _____

Geburtsdatum: _____

Postanschrift: _____

Telefon: _____

E-mail: _____

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Grundkurs Yogatherapie, erster Teil der Ausbildung Yogatherapie an

Beginn 20.07.2018.

Kosten:

bei Anmeldung (Anzahlung 500 Euro) bis 31.05.18 1600 Euro

bei Anmeldung (Anzahlung 500 Euro) ab 01.06.18 1750 Euro

Die Anzahlung von 500,-€ bzw. die Gebühr überweise ich auf folgendes Konto:

Dr. Wiebke Mohme, GLS Bank, Konto-Nr. 2043363900, BLZ 430 609 67

IBAN DE 82 4306 0967 2043 3639 00 BIC GENODEM1GLS,

Die Allgemeinen Geschäftsbedingungen habe ich zur Kenntnis genommen und akzeptiere sie hiermit.

Ort, Datum: _____

Unterschrift: _____

Yoga & Cure • Institut für Yoga, Yogatherapie und Ayurveda • Dr. Wiebke Mohme,

Kanzowstr. 6 • 10439 Berlin • www.yogacure.de • info@yogacure.de

Bankverbindung: GLS Bank, Konto-Nr. 2043363900, BLZ 430 609 67

IBAN DE 82 4306 0967 2043 3639 00

Steuernr. 45/164/02496 Finanzamt Hamburg-Eimsbüttel