

“Yoga lädt mich ein,  
in die Verbindung  
zu mir selbst  
zu gehen.

AUSBILDUNGSLEITUNG  
Gianna-Maria Prager



Tag der  
offenen TÜR  
20.07.25  
10-13 Uhr



Bist du interessiert?  
Hast du Fragen?



03327 - 52 094 64

0176 - 63 86 23 37



hastapadayoga



info@werdervital.de



WerderVital

Unter den Linden 18

14542 Werder



meld dich jetzt an

AUSBILDUNG  
YOGALEHRER\*IN

200h / 300h / 500h

in Werder an der Havel



## WARUM DU

Yoga ist ein Teil von dir?  
Du möchtest dir selbst ein Geschenk überreichen, deine eigene Praxis vertiefen und dein Wissen erweitern? Oder vielleicht möchtest du auch anderen deine Erfahrungen in der Yogawelt zugänglich machen?

## WARUM WIR

Wir sind ein Team voller starker Frauen - vollgepackt mit fachlichem Wissen in Theorie & Praxis, gepaart mit unbändiger Leidenschaft & Einfühlungsvermögen. Unser Herz schlägt für Yoga. Lass Dich von uns begeistern.

## 5 GUTE GRÜNDE

persönliches Wachstum  
Kontakt & Verbundenheit  
Auszeit vom Alltag  
Vertiefung der eigenen Praxis  
ganzheitliche Gesundheit



## UNSER MODULPLAN

Grundausbildung 200h	Aufbauausbildung 300h
-------------------------	--------------------------

Geschichte des Yoga	Vertiefung aller Module aus der Grundausbildung
Philosophie des Yoga	+ Ayurveda
Anatomie	+ Existenzgründung
Methodik & Didaktik	
Asanas	+ zielgruppenspezifische Unterrichtsgestaltung für Frauen, Männer, Kinder, Senioren, Schwangere, Sportler, Erkrankte
Pranayama	
Meditation	+ Yogaexkurs: Yin Yoga, Faszien-Yoga, SUP-Yoga, Akro-Yoga, Yoga Nidra, Vinyasa Flow

10 Präsenzwochenenden	15 Präsenzwochenenden
--------------------------	--------------------------

“ Eine Ausbildung  
mit Hand und Fuß  
hastapada ”

Kursbeginn  
September  
2025

“ Yoga lässt mich meinen inneren Dreiklang aus Körper, Geist & Seele erleben. ”

INHABERIN WERDERVITAL  
Catharina Koch

