

Spiraldynamik
intelligent movement

YOGATHERAPIE NACH DEN PRINZIPIEN DER SPIRALDYNAMIK® - Basismodul -

Einzigartig - intensiv - abwechslungsreich - höchstes Niveau
eine großartige Ergänzung für Deine eigene Praxis und als
Yogalehrer(in)

INHALT DER AUSBILDUNG

Die Basismodul-Serie umfasst insgesamt 102 Stunden à 60 Minuten und richtet sich speziell an Yogalehrer/Trainees aller Yogastile. Aufbauend auf diese Basismodule wird es später auch weiterführende Module zu verschiedenen Themen und Refresher geben. Darüber hinaus besteht für Absolventen der Basismodule die Möglichkeit einen verkürzten, aber vollwertigen Ausbildungsgang Spiraldynamik®-Basic zu belegen. Die Ausbildung erfolgt in einer kleinen Gruppe und ist daher sehr intensiv und individuell.

Ziel der Ausbildung ist es, sich umfangreiches Wissen zu orthopädischen Themen und therapeutische Fähigkeiten anzueignen, um die große Unsicherheit, die viele Yogalehrer/innen im Umgang mit den körperlichen Problemen ihrer Yoga-Schüler/-innen haben, abzubauen.

Es werden auf der Basis der Spiraldynamik® theoretische und praktische Grundkenntnissen zur Yogatherapie vermittelt, die weit über das hinausgehen, was üblicher Weise in den Yogatherapie-Ausbildungen unterrichtet wird. Als Physiotherapeutin und erfahrene Lehrerin in der Berufsausbildung von Physiotherapeuten weiß ich, worauf es dabei ankommt und wie dieses Wissen erfolgreich weiter gegeben werden kann.

Ich stelle ganz bewusst die Arbeit am und mit dem Körper in den Vordergrund. Die Ausbildung ist damit sehr kompakt und intensiv. Über den Zugang zum Körper und die Entfaltung seiner Möglichkeiten eröffnen sich ganz von selbst neue, höhere Dimensionen der Yoga-Praxis.

Wir werden unseren Blick für die Ausführung von Asanas schärfen - sehen und erkennen lernen, wie wir unseren Yogaschüler/-innen helfen können sich freier in ihrem Körper zu fühlen. Dabei spielt die eigene Körperwahrnehmung, die Verfeinerung des Bewegungs-Sinns und des Körperverständnisses eine wichtige Rolle.

Dozenten

Lilla Wuttich

Dozentin für Spiraldynamik®,
Physiotherapeutin, Yogalehrerin

Zeiten

Die Yogatherapie-Ausbildung findet als Blockausbildung mit 3 x 5 Tagen statt, immer von Mittwoch bis Sonntag, jeweils:

Mi: 10:00 - 17:30 Uhr

So: 09:00-14:00 Uhr

Do-Sa: 09:00-17:30 Uhr

Mittagspause 60 Minuten.

Ort: Hermannsmühle

Zur Hermannsmühle 103 14929
Treuenbrietzen (Bardenitz)

Gebühren 2150 Euro *1+2 Der Kurs kann nur komplett gebucht werden. Die Anmeldung wird verbindlich mit Anzahlung von 500 Euro von der Gesamtgebühr.

***1** zuzüglich 38 Euro pro Person/
Übernachtung im DZ

***2** zuzüglich 32 Euro pro Tag für
Vollverpflegung

Die Anreise erfolgt jeweils am Abend vor Veranstaltungsbeginn eines Blocks, dh. 5 Übernachtungen x 38 Euro im DZ sowie 5 x 32 Euro für Verpflegung (An- und Abreise entspricht 1 Verpflegungstag).

zusätzliche Kosten pro Blockeinheit für Übernachtung im DZ und Verpflegung: **350 Euro**

Aufpreis für EZ: 190 Euro pro Blockeinheit.

Bitte vor Buchung anfragen, ob noch EZ zur Verfügung stehen.

ZIELGRUPPE/VORAUSSETZUNG

Vorraussetzung für die Teilnahme an dieser Ausbildung ist eine langjährige Yogapraxis sowie der 3A Workshop mit Lilla.

AUFBAU/BESCHREIBUNG DER AUSBILDUNG

Modul 1: Sehen lernen Modul 2: Wirbelsäule Modul 3: Beine

Modul 4: Arm

Modul 5: Synthese

Modul 6: Übung + Prüfung

Jeweils:

- Anatomie in Theorie und Praxis
- Entwicklung von Wahrnehmung und Körpergefühl
- Bewegungskoordination
- Körperarbeit + Asanas
- Übungen anleiten, Asanas erarbeiten und abwandeln
- Pathologie / Krankheitsbilder
- Biomechanik
- Zusammenstellung von individuellen Übungsplänen
- Abwandlung von Asanas für verschiedene Problembereiche und Zielgruppen
- Erarbeiten von Therapiestunden
- Training der Lehrfähigkeit

Abschluss:

Eine Prüfung zur Selbstreflexion, wo man steht - schriftliche und praktische Prüfung

Änderungen vorbehalten!

Hinweis

Sowohl der Begriff Yogatherapie, als auch der Begriff Yogalehrer sind rechtlich nicht geschützt (im Gegensatz z.B. zum „Psychotherapeuten“ oder „Physiotherapeuten“). Dennoch bist Du nach dieser Ausbildung in der Lage, eine qualitativ hochwertige und professionelle Yogatherapie zu planen und durchzuführen. Aus rechtlichen Gründen darf trotzdem keinesfalls der Eindruck erweckt werden, dass eine medizinische Tätigkeit ausgeübt wird, da die Voraussetzung für die Anwendung im therapeutischen Bereich die staatliche Heilerlaubnis ist, die mit dieser Ausbildung -wie auch mit anderen Yogatherapie-Ausbildungen- nicht erteilt werden kann.

➤ Unterrichtsinhalte im Detail

Block1 / Modul 1: „Sehen lernen“

Einführung

- Prinzipien der Bewegungskoordination (in Anlehnung an die Spiraldynamik)
- Referenzpunkte für die Beurteilung von Haltung und Bewegung
- Verhalten der Referenzpunkte zueinander in Haltung und Bewegung

Praktische Übung und Demonstration

- Erarbeitung der Referenzpunkte und Blickschulung im Stehen
- Üben mit Partner
- Übertragen auf einfache Asanas
- Erste Blickdiagnostik am Übungspartner
- Gang als "Archetyp" der Bewegungskoordination
- Herleitung der Bewegungskoordination für Asanas

Block1 / Modul 2: „Wirbelsäule“

- Koordinationseinheit Kopf-Becken-Brustkorb
- Stellungsgruppen: Rückbeugen-Twists

Anatomie

- in Theorie und Praxis
- die Strukturen am Körper wiederfinden
- Pathologie / Krankheitsbilder

Entwicklung von Wahrnehmung und Körpergefühl

- Bewegen-bewegt werden
- Bewegungsführung zur Bewusstmachung von Haltung und Bewegung

Wiederholung

- Referenzpunkte am Körper
- Verknüpfung der Bewegungskoordination

Praxis

- Bewegungsstunde
- Körperarbeit + Asanas
- Übungen anleiten, Asanas erarbeiten und abwandeln
- einfache „Untersuchungsmöglichkeiten“ für die Koordinationseinheit

Block2 / Modul 3: „Beine“

- Koordinationseinheit Fuß,-Hüft- und Kniegelenk
- Stellungsgruppen: Vorbeugen-Hüftöffner-Standstellungen

Anatomie

- in Theorie und Praxis
- die Strukturen am Körper wiederfinden
- Pathologie / Krankheitsbilder

Entwicklung von Wahrnehmung und Körpergefühl

- Bewegen-bewegt werden
- Bewegungsführung zur Bewusstmachung von Haltung und Bewegung

Wiederholung

- Bewegungskoordination Wirbelsäule
- Biomechanik

Praxis

- Bewegungsstunde
- Körperarbeit + Asanas
- Übungen anleiten, Asanas erarbeiten und abwandeln
- einfache „Untersuchungsmöglichkeiten“ für die Koordinationseinheit
- Verbindung Wirbelsäule/Bein

Block 2 / Modul 4: „Arm“

- Koordinationseinheit Schulter-Hand-Ellenbogen
- Stellungsgruppen: Armbalancen/ Stützen/ Armhaltungen

Anatomie

- in Theorie und Praxis
- die Strukturen am Körper wiederfinden
- Pathologie / Krankheitsbilder

Entwicklung von Wahrnehmung und Körpergefühl

- Bewegen-bewegt werden
- Bewegungsführung zur Bewusstmachung von Haltung und Bewegung

Wiederholung

Bewegungskoordination Bein
Biomechanik
Referenzpunkte

Praxis

Bewegungsstunde
Körperarbeit + Asanas
Übungen anleiten, Asanas erarbeiten und abwandeln
einfache „Untersuchungsmöglichkeiten“ für die Koordinationseinheit Arm
Verbindung Rumpf-Schultergürtel-Arme

Block 3 / Modul 5: „Synthese“ - Von der Blickdiagnose zur Behandlung

Zusammenstellung von individuellen Übungsplänen
Abwandlung von Asanas für verschiedene Problembereiche und Zielgruppen
evtl. hier schon komplexes Üben an "Versuchspersonen", die mitgebracht bzw. eingeladen werden
Aspekte energetischer Arbeit

ausgewählte Krankheitsbilder

wie Bandscheibenvorfall, Übergewicht usw. (auch nach Wunsch der Gruppe)

Wiederholung

Theorie und Praxis aus den vorhergehenden Modulen

Block 3 / Modul 6: „Übung + Prüfung“

-komplexes Üben an "Versuchspersonen", die mitgebracht bzw. eingeladen werden
-Erarbeiten von Therapiestunden
-Wiederholung und Vertiefung der prüfungsrelevanten Unterrichtsinhalte
-Training der Lehrfähigkeit

Abschluss:

Eine Prüfung zur Selbstreflexion, wo man steht
-schriftliche, mündliche und praktische Prüfung
30 Minuten Multiple-Choice-Fragen aus den verschiedenen Fachunterrichtsbereichen

➤ Vertragsbedingungen

§ 1 Vertragsschluss:

Durch Absenden der Anmeldung wird ein verbindliches Angebot auf Abschluss eines Vertrages abgegeben. Der Vertrag wird erst mit geleisteter Anzahlung verbindlich. Bitte beachten Sie, dass der Kursplatz ohne Zahlung des Zahlungsbetrags nicht gebucht ist und der Teilnehmerplatz somit weiter vergeben wird. Sollte der Kurs bereits ausgebucht sein, werden Sie umgehend benachrichtigt und die Kursgebühr wird im Falle einer bereits geleisteten Zahlung in voller Höhe zurückerstattet. Ansprüche hieraus werden ausgeschlossen. Bei Überbuchung entscheidet der Zeitpunkt des Zahlungseingangs.

§ 2 Bezahlung:

Anzahlung 500 €. Die Restzahlung ist ohne weitere Aufforderung spätestens bis 10 Wochen vor Ausbildungsbeginn zu zahlen. Ein Zahlungsverzug wird als Rücktritt des Teilnehmers gewertet und es fallen die in §4 beschriebenen Stornogebühren in Höhe von 500 € an. Die Kursgebühr ist auch dann in voller Höhe zahlbar, wenn der/die Teilnehmerin den Kurs ganz oder teilweise nicht besucht. Eine anteilige Rückerstattung wegen nicht besuchter Kursteile ist ausgeschlossen.

§ 3 Widerrufsrecht:

Diese Vertragserklärung kann innerhalb von 14 Tagen nach Zustandekommen des Vertrags (=Zahlungseingang Anzahlung) ohne Angabe von Gründen in Textform (z.B. Brief, E-Mail) widerrufen werden. Der Widerruf ist zu richten an: Lilla Wuttich, Alt Stralau 26, 10245 Berlin.

§ 4.1 Rücktritt durch den Teilnehmer:

Bei einem Rücktritt bis zu 4 Monaten vor Beginn der Ausbildung wird der geleistete Zahlbetrag abzüglich einer Bearbeitungsgebühr in Höhe von 80,00 Euro erstattet. Bei einem Rücktritt zwischen 4 Monaten und 10 Wochen vor Beginn der Ausbildung ist eine pauschale Rücktrittsgebühr in Höhe von 500 Euro zu zahlen.
Bei einem Rücktritt innerhalb der letzten 10 Wochen vor Seminarbeginn bzw. während der Ausbildung erfolgt keine Kostenrückerstattung.

§ 4.2 Der/die Teilnehmer/in ist vor Ausbildungsbeginn berechtigt, eine/n adäquate/n Ersatzteilnehmer/in zu benennen. In diesem Fall erfolgt die Rückerstattung der Seminargebühr bzw. Anzahlung abzüglich einer Bearbeitungsgebühr von 80,00 Euro dann, wenn der/die Ersatzteilnehmer/in die volle Seminargebühr gezahlt hat. Wird die vom Teilnehmer bereits begonnene Ausbildung nachweislich durch Krankheit, Schwangerschaft oder Verletzungen (ärztl. Attest und rechtzeitige Abmeldung erforderlich) unterbrochen, besteht die Möglichkeit, den versäumten Ausbildungsteil innerhalb der nächst folgenden Modulreihe nachzuholen.

§ 5 Haftung:

Jeder Nutzer ist für seinen gesundheitlichen Zustand sowie für seine körperliche Belastung selbst verantwortlich. Die Teilnahme an den angebotenen Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr des/r Kursteilnehmer/in. Er/Sie stellt diesbezüglich den/die Seminarleiter von etwaigen Haftungsansprüchen frei. Die Haftung von Anatomie- und Körperwerkstatt ist ausgeschlossen für unverschuldete Unfälle sowie für Unfälle, welche allein vom Teilnehmer oder von Dritten verursacht wurden, für deren Verhalten die Anatomie- und Körperwerkstatt nicht einzustehen hat.

Persönliche Gegenstände, insbesondere Wertsachen, werden von den jeweiligen Teilnehmern/innen auf eigene Verantwortung mitgebracht. Die Anatomie- und Körperwerkstatt haftet nicht für den Verlust oder Beschädigung jedweder Gegenstände (etwa Kleidung, Wertgegenstände, Geld etc.).

Der/Die Teilnehmer/in haftet für von ihm/ihr verursachte Schäden an der Einrichtung der Übungsräume, des Foyer- und Umkleibereiches.

Bei Ausfall oder Terminverschiebung eines Kurses kann der Veranstalter nicht auf Ersatz von Reise- und/oder Übernachtungskosten oder auf Erstattung von Arbeitsausfall in Anspruch genommen werden. Für mittelbare Schäden, insbesondere entgangenen Gewinn oder jedwede Ansprüche Dritter wird nicht gehaftet.

§ 6 Rücktritt und Kündigung durch den Veranstalter

Die Mindestteilnehmerzahl ist 10. Bei Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl oder bei Krankheit, behält sich die Anatomie- und Körperwerkstatt das Recht vor, die Veranstaltung abzusagen und vom bestätigten Vertrag zurücktreten. In diesem Fall erfolgt eine Rückerstattung des vollen Teilnahmebetrags per Rücküberweisung. Werden nur Teile des Kurses nicht durchgeführt, erfolgt eine anteilige Rückerstattung der gezahlten Kursgebühr. Weitergehende Ansprüche der Teilnehmer/innen bestehen nicht.

§ 7 Erteilung des Zertifikats

Voraussetzung für die Erteilung eines Zertifikats sind:

1. Maximal 4 Fehlstunden (entspricht einem halben Unterrichtstag) und
2. bestandene schriftliche Abschlussprüfung und
3. bestandene praktische Abschlussprüfung

Die letzten zwei Tage sind Pflichttage. Bei Fehlzeiten an diesen Tagen wird kein Zertifikat ausgestellt.

§ 8 Daten des Nutzers

Es werden die im Anmelde- und Bezahlungsprozess abgefragten personenbezogene Daten zur internen Bearbeitung (z.B. Rechnungsstellung) elektronisch gespeichert. Außer zu dem Zahlungsanbieter erfolgt keine Weitergabe an Dritte. Der Nutzer erklärt, in diesem Umfang mit der Bearbeitung und Nutzung seiner Daten einverstanden zu sein.

§ 9 Urheberrecht

Es wird darauf hingewiesen, dass das Urheberrecht sämtlicher Ausschreibungen und Veröffentlichungen bei der Anatomie- und Körperwerkstatt liegt und deren weitere Nutzung jedweder Art, insbesondere Vervielfältigung oder Weitergabe an Dritte untersagt ist. Foto-, Ton- und Filmaufnahmen während des Kurses sind nicht bzw. nur nach Genehmigung durch die Kursleitung und mit Zustimmung der abgebildeten Personen zugelassen.

§ 10 Schlussbestimmungen:

Sollte eine Bestimmung dieser Allgemeinen Geschäftsbedingungen unwirksam sein, so bleibt der Vertrag im Übrigen wirksam. Anstelle der unwirksamen Bestimmung gelten die einschlägigen gesetzlichen Vorschriften.

§ 11 Teilnehmergebühr:

Der Gesamtpreis beträgt 2.150,00 €. Mit Bezahlung des Anzahlungsbetrages von 500,00 € wird ein rechtsverbindlicher Vertrag abgeschlossen mit Anerkennung der o. g. Vertragsbedingungen.

Bitte überweise den Restbetrag spätestens bis 10 Wochen vor Ausbildungsbeginn an:

IBAN:	DE56 1203 0000 1014 113367
BIC:	BYLADEM1001
Kto-Inhaber:	Lilla N. Wuttich
Verwendungszweck:	Deinen Namen und YTH xx/xxxx Restzahlung

Lilla N. Wuttich
Berlin Januar 2024