AUSBILDUNG

zum/zur

YOGALEHRER/IN BASIC BDY

bzw. zum/zur

YOGALEHRER/IN BDY/EYU

an der

YOGA-AKADEMIE

STUTTGART

ab März 2023

in Bad Boll

Leitung: Dr.Christian Fuchs, Frühlingstraße 2, 73087 Bad Boll ♦ Telefon: 07164-8008942; Fax: 07164-8008943
Email: dr.christian.fuchs@t-online.de ♦ Internet: www.yoga-akademie.de

Grundlage der Yogalehrausbildungen an der „Yoga-Akademie Stuttgart"

Yoga gehört zum Kulturerbe der Menschheit und ist ein alle Bereiche des Lebens umfassender Übungsweg. Die „**Yoga-Akademie Stuttgart**“ (**YAS**) ist entstanden, um diese uralte Weisheit für den Menschen von heute lebendig werden zu lassen. Die YAS wurde 1997 von Kerstin und Dr.Christian Fuchs in Stuttgart gegründet. Christian Fuchs ist Sohn von Rudolf Fuchs, der bereits 1965 die „Yoga-Schule Stuttgart“ ins Leben gerufen hat und zu den Pionieren des Yoga in Deutschland gehört. Mit Yoga aufgewachsen, studierte Christian Fuchs unter anderem Indologie, schrieb seine Doktorarbeit über Yoga und arbeitet seit 1983 als Yogalehrer. Diese ganzheitliche Verbindung aus Wissen und Erfahrung fließt auch in die Arbeit der Yoga-Akademie ein, die ihren Sitz seit 1999 im Kurort Bad Boll am Fuß der Schwäbischen Alb hat.

Die Yoga-Akademie bietet fortlaufende Wochenkurse an und führt regelmäßige Yoga-Seminare im In- und Ausland durch. Arbeitsschwerpunkt der Akademie sind aber vor allem die Yogalehrausbildungen mit Anerkennung durch den **BDY** („Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland“). - Der nächste, 15.te Ausbildungsgang beginnt im März 2023.

Das **Übungssystem** der Einrichtung fußt dabei auf der bewährten Yoga-Tradition „Yesudian/Fuchs“. Der Inder Selvarajan Yesudian hatte schon vor 1939 in Budapest - in Zusammenarbeit mit der Ungarin Elisabeth Haich - einen eigenen Haṭha-Yoga-Stil entwickelt, der im deutschsprachigen Raum prägend war. Kennzeichen dieses Stiles sind zum Beispiel der Einsatz der - inzwischen auch von der Wissenschaft (wieder)entdeckten - Imaginationskraft und der positiven Affirmation durch „Bekräftigungsformeln“. Rudolf Fuchs hat diesen Stil konsequent weiterentwickelt und um wichtige Themenbereiche - wie die Arbeit mit den indischen Quellentexten und mit dem Sanskrit - ergänzt und vertieft.

Das Ehepaar Fuchs setzt diese Tradition fort und bereichert sie durch weitere Elemente und Erfahrungen. Für Christian Fuchs, der sich in den letzten 40 Jahren auch einen Namen als Fachreferent gemacht hat, drückt sich dies besonders im Anliegen aus, einen persönlichen und lebendigen Zugang zur indischen **Yoga-Philosophie** zu schaffen. Er arbeitet mit verschiedenen Techniken (Arbeitsgruppen, Theaterspiel etc.), um die spirituellen Erfahrungen der alten Inder mit der modernen Lebenssituation des westlichen Menschen zu verbinden. Kerstin Fuchs wiederum hat in ihren **Unterricht** viele praktische Elemente aus der tantrischen Yoga-Tradition integriert (wie z.B. Rezitationen, Tanz, sanfte Massagen etc.). Durch ihre mehrjährige Erfahrung als Yoga- und Schullehrerin liegt ihr außerdem die didaktische Umsetzung des Yoga für Erwachsene und für Kinder/Jugendliche besonders am Herzen.
Darüber hinaus war und ist die Akademie in ihrer Ausbildungsarbeit offen für andere Yoga-Richtungen. So hat zum Beispiel Dharmavirsingh Mahida, ein früherer Assistent des berühmten Yogalehrers B.K.S. Iyengar, schon mehrmals Seminare an unserer Einrichtung gegeben.

Als weiteres, ergänzendes Thema innerhalb der Ausbildung haben sich in den letzten Jahren die vielfältigen „**therapeutischen Aspekte** des Yoga“ herauskristallisiert. Im Mittelpunkt der Lehrinhalte steht hierbei vor allem der Āyurveda, der von Haus aus eine enge Verbindung mit dem Yoga hat. In diesem Rahmen wirkt bei uns unter anderem Dr.med.Hedwig Gupta, eine ganzheitlich arbeitende Ärztin, die in Indien mehrere Jahre den Āyurveda studiert hat, als Gastdozentin mit. Dieses Themenfeld macht die Ausbildung der Yoga-Akademie zunehmend auch für Angehörige der Heilberufe interessant.

Die Yoga-Akademie möchte mit ihren Yoga-Ausbildungen zwei Aspekten gerecht werden: dem hohen Anspruch des Yoga, wie er in der indischen Tradition verwurzelt ist, und den Gegebenheiten unserer heutigen Zeit mit ihren vielfältigen und komplexen Herausforderungen. Gerade für diese Herausforderungen ist das Yoga-System ideal.

Leitung: Dr.Christian Fuchs, Frühlingstraße 2, 73087 Bad Boll ♦ Telefon: 07164-8008942; Fax: 07164-8008943
Email: dr.christian.fuchs@t-online.de ♦ Internet: www.yoga-akademie.de

Profil und Anerkennung der Ausbildung

Die von der Yoga-Akademie durchgeführten Lehrgänge dienen in erster Linie dem persönlichen und spirituellen Wachstum der Teilnehmenden. Hierzu gehören:

- die *Vertiefung der eigenen Yoga-Übungspraxis*;
- die Beschäftigung mit dem individuellen Lebensweg und seinen geistigen Dimensionen - im Sinne einer *begleiteten Selbsterfahrung*;
- die *ganzheitliche Erweiterung von Wissen und Erfahrung* im großen Themenbereich Yoga.

Darüber hinaus sind die Ausbildungen der YAS als vollwertige **Berufsausbildungen** zu betrachten. Die Tätigkeit als Yogalehrerin bzw. Yogalehrer hat inzwischen in der Gesellschaft große Anerkennung erfahren. Viele Menschen wünschen sich, neben ihrem Hauptberuf (mit eventuell reduzierter Stundenzahl) einer weiteren sinnvollen und erfüllenden Beschäftigung nachzugehen. Dafür ist die Weitergabe von Yoga besonders geeignet.

Die von der Yoga-Akademie durchgeführten und vom BDY-anerkannten Ausbildungen schließen mit den geschützten Titeln „**Yogalehrer/in Basic BDY**“ oder „**Yogalehrer/in BDY/EYU**“ ab.

Die Arbeit und die Abschlüsse des bereits 1967 gegründeten „Berufsverbandes der Yogalehrenden in Deutschland“ (**BDY**) sind gesellschaftlich anerkannt: in der Öffentlichkeit, bei Einrichtungen der Erwachsenenbildung und bei zahlreichen Institutionen des Gesundheitswesens. Die vom BDY anerkannten Ausbildungen erfüllen zudem die Anforderungen der "Zentralen Prüfstelle Prävention" (**ZPP**) für die mögliche Zertifizierung von Yogakursen. (Bei einer Zertifizierung durch die ZPP ist eine Bezuschussung der Yogakurse durch die Gesetzlichen Krankenkassen möglich.)

Der Abschluss eines Lehrgangs ist sowohl mit als auch ohne den BDY-Titel möglich. Teilnehmende, die den BDY-Titel nicht anstreben, verzichten in der Regel auf die Abschlussprüfung. Ihnen kann auf Wunsch ein Zertifikat der Yoga-Akademie über die Lehrgangsteilnahme ausgestellt werden.

Die Ausbildungen der Yoga-Akademie sind qualifiziert. Sie basieren auf den „Rahmenrichtlinien“ des BDY, die ihrerseits eine Weiterentwicklung des „Europäischen Basis-Programms“ darstellen. Die Rahmenrichtlinien des BDY werden seit Jahrzehnten erfolgreich angewendet und überzeugen durch ihre ausgewogene Kombination von Theorie und Praxis.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

Für die Aufnahme in die Ausbildung der Yoga-Akademie sollten folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- eine mindestens dreijährige Yoga-Praxis unter fachlicher Anleitung
- der Verzicht auf Tabak und Alkohol während der Ausbildungsseminare
- eine schriftliche Bewerbung (mit Lebenslauf und Foto)
- ein Gespräch mit dem Ausbildungsleiter und der Abschluss des Ausbildungsvertrages.

Das persönliche Gespräch mit dem Ausbildungsleiter, Christian Fuchs, findet in den Unterrichtsräumen der Yoga-Akademie (Hauptstr.48 in 73087 Bad Boll) statt.

Dauer, Organisation und Kosten der Ausbildung

Die Dauer des Ausbildungsgangs umfasst einen Zeitraum von 2,5 Jahren (30 Monaten) bis zum Abschluss "Yogalehrer/in Basic BDY". (Eine freiwillige Verlängerung der Ausbildung bis zum Abschluss "Yogalehrer/in BDY/EYU" nach insgesamt 4 Jahren ist bei entsprechender Nachfrage aus der Gruppe möglich.) Es wird außerdem erwartet, dass die Teilnehmenden an der Ausbildung auch weiterhin kontinuierlich Yoga üben und darüber hinaus regelmäßig am Yoga-Unterricht einer qualifizierten Yoga-Lehrkraft teilnehmen.

Die Durchführung der Ausbildung erfolgt in Form von **Wochenendseminaren**. Diese Form des Lehrens und Lernens hat sich als sehr effektiv erwiesen und kann auch gut berufsbegleitend durchgeführt werden. Zudem schaffen wir durch die überschaubare Gruppengröße Raum für entspanntes Lehren und Lernen.

An **Ausbildungskosten** fallen rund **220**.- **Euro pro Monat** an (bei vierteljährlicher Zahlungsweise).

Inhalte der Ausbildung

Die Ausbildungen der YAS haben einen Gesamtumfang von mindestens 660 Unterrichtseinheiten (UE) bis zum Abschluss "Yogalehrer/in Basic BDY". Eine Übersicht über die zugehörigen Inhalte findet sich hier auf der BDY-Site. (Bei einer Weiterführung der Ausbildung bis zum Abschluss "Yogalehrer/in BDY/EYU" sind es dann mindestens 960 UE.)

Die Lehrgangsteilnehmenden, die den BDY-Titel „Basic“ anstreben, sollen während der Ausbildung insgesamt 4 Lehrproben halten. (Bis zum Titel „Yogalehrer/in BDY/EYU“ sind es insgesamt 7 Lehrproben.)

Eine Lehrprobe besteht aus zwei Teilen: aus der eigentlichen Lehrprobe, die alle wichtigen Elemente einer Yoga-Stunde enthalten soll (Dauer 45 Minuten), und aus der anschließenden gemeinsamen Besprechung (Moderation) dieser Lehrprobe in einer offenen, freundlichen und konstruktiven Atmosphäre. ☺

Prüfung und Zeugnis

Die Ausbildung endet mit der Abschlussprüfung und der Übergabe des Zeugnisses. Formale Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung ist die regelmäßige Teilnahme an den durchgeführten Seminaren, das Verfassen von Protokollen sowie der Nachweis über die gehaltenen Lehrproben. Die Abschlussprüfung selbst besteht aus zwei Abschnitten im Falle des angestrebten Abschlusses "Yogalehrer/in Basic BDY": nämlich aus einer schriftlichen Hausarbeit, die in einem Zeitraum von drei Monaten erstellt wird, sowie aus einer moderierten Prüfungs-Lehrprobe.
(Im Falle des Abschlusses "Yogalehrer/in BDY/EYU" besteht die Prüfung aus drei Abschnitten: aus einer schriftlichen Hausarbeit, die in einem Zeitraum von sechs Monaten erstellt wird, aus einer Prüfungs-Lehrprobe sowie aus einem mündlichen Prüfungsgespräch mit einer Dauer von insgesamt 15 Minuten.)

Die Prüfung findet in den Räumlichkeiten der Yoga-Akademie statt und wird durch die Ausbildungsleitung der YAS und durch eine/n Prüfer/in des BDY abgenommen.

Nach bestandener Prüfung wird den Absolventen ein gemeinsames Zeugnis der YAS und des BDY über den erfolgreichen Abschluss der Prüfung ausgehändigt. Dieses Zeugnis berechtigt dann zur Führung des geschützten Titels „**Yogalehrer/in Basic BDY**“ bzw. „**Yogalehrer/in BDY/EYU**“.

Wichtiger Hinweis: Auch im Falle einer Pandemie (wie Corona) ist durch den Umstieg auf Online-Unterricht die Fortsetzung der Ausbildung gewährleistet. (Dies hat auch bei den bisher betroffenen Lehrgängen sehr gut geklappt.) Daher werden bei allen Ausbildungsteilnehmenden ein funktionierender Internet-Anschluss und die Bereitschaft zum eventuellen Online-Unterricht vorausgesetzt.

Ausbildungsort

Die Ausbildung der Yoga-Akademie findet in Bad Boll statt. Dieser attraktive Kurort liegt landschaftlich reizvoll am Fuß der Schwäbischen Alb und verfügt über ein reichhaltiges Angebot an Übernachtungsmöglichkeiten. Bad Boll ist nur rund fünf Fahrminuten von der Autobahn A8 entfernt und damit z.B. von Stuttgart oder Ulm in einer guten halben Stunde erreichbar. Der Ort hat auch Anschluss an den öffentlichen Nahverkehr. Die Bushaltestelle befindet sich direkt vor der Haustür. Unsere schönen Räumlichkeiten liegen zentral und dennoch ruhig in der Ortsmitte. Vis-a-vis der Yoga-Akademie lädt eine Kastanienallee zu weitläufigen Spaziergängen in die Natur ein.

verantwortlicher **Ausbildungsleiter und Co-Leiterin**

Dr.**Christian Fuchs** (geb.1955) wuchs mit Yoga auf. Sein Vater gründete bereits 1965 die „Yoga-Schule Stuttgart“. Dr.Fuchs absolvierte dort eine Yogalehrer-Ausbildung und unterrichtet seit 1983 Yoga. Er studierte u.a. Indologie und Religionswissenschaft und promovierte 1989 über das Thema „Yoga in Deutschland“. Anschließend baute er das „Institut für Yoga- Forschung“ (IYF) auf. Dr.Fuchs ist seit über 40 Jahren gefragter Dozent und war von 1991-2000 Vorstandsmitglied des BDY für „Öffentlichkeitsarbeit“.
Christian, der für seine lebendige und alltagsbezogene Art des Unterrichtens bekannt ist, organisiert und leitet die Ausbildung.

Kerstin Fuchs (geb.1960) beschäftigte sich schon in jungen Jahren intensiv mit diversen Sport- und Bewegungstechniken. Während ihres Pädagogikstudiums arbeitete sie im Forschungsbereich Sportpsychologie an der Universität Greifswald. Sie unterrichtet heute als Realschullehrerin Sport und Biologie und Yoga für Kinder und Jugendliche. Kerstin Fuchs ist ausgebildete Yogalehrerin BDY/EYU und lehrt - mit viel Humor und Einfühlungsvermögen - Yoga seit vielen Jahren im Gesundheitsbereich und in der Erwachsenenbildung.

Weitere **DozentInnen**

Neben den beiden Ausbildungsleitungen sind weitere qualifizierte Dozentinnen und Dozenten geplant:

- **Dr**.**med**. **Hedwig Gupta** (u.a. Orthopädin sowie Expertin für Āyurveda und Yoga-Therapie)
- **Dr**.**Dirk Glogau** (u.a. Experte für Berufskunde und Leiter des „Yoga-Zentrums Bayerwald“)
- unser bewährtes Team an erfahrenen **Moderatorinnen**. ☺