



# Teacher Trainings

@ YOGAFUSION



## Willkommen im Yogafusion!

Beruf oder Berufung? Was lässt dein Herz höher schlagen?

- Denkst du über Yoga als zweites Standbein nach?
- Möchtest du dich endlich selbstständig machen und unabhängig sein mit freier Zeiteinteilung?
- Möchtest du einfach deine eigene Praxis vertiefen und dein Wissen rund ums Thema Yoga auch "off the mat" erweitern?

### Die Highlights unserer Ausbildungen auf einen Blick

- **200h Multistyle Flow Yoga Ausbildung**
- **300h Multistyle Fortbildung**
- **Aerial Yoga Aus und Fortbildungen**
- **Acro Yoga Aus und Fortbildungen**
- **Erfahrene AusbilderInnen**
- **Modulares Ausbildungssystem**
- **Online und Live Ausbildungsmodule**

### LIVE im Studio oder ONLINE

In spannenden Zeiten wie diesen ist es umso wichtiger flexibel zu sein.

- Wenn es möglich ist kommen wir immer persönlich im Studio zusammen.

Du hast dabei immer die Wahl auch online über Zoom live dabei zu sein.

### Yoga Alliance Zertifikat & Registrierung:

Alle unsere Yogalehrer Ausbildung sind zertifiziert und entsprechen den Qualitätsstandards der Yoga Alliance USA. Nach erfolgreichem Abschluss der 200h Ausbildung kannst du dich mit bei Yoga Alliance als RYT (Registered Yoga Teacher) anmelden.



# Flow Yoga Multistyle 200h Teacher Training

## Die Highlights:

- MODULAR:
- FLEXIBEL:
- INDIVIDUELL
- VIELFÄLTIG
- MODERNt
- KOMPETENT
- PRAXIS-NAHE
- QUALITATIV  
HOCHWERTIG
- INTERNATIONAL



## Termine 2022/23

- :
- 8.-9. Oktober 2022 Intro
  - 5.-6. Nov. 2022 Asana +Philosophie
  - 26.-27. November 2022 Anatomie
  - 17.-18. Dezember 2022 Anatomie
  - 14.-15. Jänner 2023 Asana +Philo
  - 11.-12. Februar 2023 Asana +Philo
  - 4.-5. März 2023 Asana + Philo
  - 15.-16. April 2023 Aerial Yoga
  - 22.-23. April 2023 Aerial Yoga
  - 6.-7. Mai 2023 Acro Yoga
  - 10.-11. Juni 2023 Abschluss

## Was du in dieser Ausbildung lernst:

- PRAXIS: Vertiefe deine eigenen Fähigkeiten.
- THEORIE: Entdecke dich selbst und erfinde dich neu. Entwickle deinen ganz persönlichen Unterrichtsstil.
- ASANA: Lerne die korrekte Ausrichtung der verschiedenen Yoga Asanas (Alignment)
- PRANAYAMA: Traditionelle Yoga Atemübungen MEDITATION: Erlerne & analysiere verschiedene Techniken für besser Konzentration und inneren Frieden.
- PHILOSOPHIE: Yoga-Mythologie & Geschichte ANATOMIE: Physiologische Aspekte in Theorie und Praxis.
- FLOW: Im Fluß bleiben durch kreative und inspirierende Yoga-Abfolgen.
- ADJUSTMENTS: Anpassung der Asana an verschiedene Schüler zur Vermeidung von Verletzung und Abnützung.
- HANDS-ON: Magie der Berührung, sanfte Asana Korrekturen richtig angewendet SEQUENCING: Intelligente und variable Konzepte für deinen Yoga Unterricht.
- DIDAKTIK & RHETORIK: Wie setze ich meine Stimme und meinen Körper im Unterricht kompetent ein zur effizienten Anleitung von Yoga-Übungen.
- BUSINESS: Karma-Yoga ein ganzheitliches und nachhaltiges Erfolgskonzept zum Wohle der Menschheit.

### Warum wir Flow Yoga lieben?

- Im Flow Yoga vereinen wir die einzelnen statischen Yogaübungen (Asanas) zu fließenden Abfolgen gleichsam einem meditativen Tanz.
- Wir begeben uns durch diese harmonische Übungsabfolgen auf eine Reise nach Innen.
- Flow Yoga Yoga hilft uns im Leben - und auf der Yogamatte - nicht zu lange auf der selben Stelle zu treten, sondern im Fluß zu bleiben, auf dem Weg unserer eigenen ganz persönlichen Evolution.

### Multi-Style! Was bedeutet das?

Klassisches Hatha Yoga bildet die Grundlage dieser Multi-Style Yogalehrer-Ausbildung. Zusätzlich dazu bekommst du außerdem Einblicke in viele andere moderne und traditionelle Yoga Stile und spezielle Fachbereiche. Unsere Multi-Styles: Hatha Yoga, Vinyasa Flow, Acro Yoga, Aerial Yoga und Yin Yoga.

Gastvorträge von Experten aus der Praxis und angewandter Wissenschaft: Yoga-Anatomie, Yoga-Philosophie und Ayurveda sowie Special Events: Kirtan & Mantra singen runden das Angebot ab.

MULTI-STYLE

Flow Yoga Teacher Training

Yogafusion.at

## Beruf oder Berufung?

### Was lässt dein Herz höher schlagen?

Eine Yogalehrer-Ausbildung so vielfältig wie du: Entdecke Hatha, Vinyasa, Aerial, Acro Yoga und mehr. Modular und flexibel.

Denkst du über Yoga als zweites Standbein nach? Möchtest du dich endlich selbstständig machen und unabhängig sein bei freier Zeiteinteilung? Möchtest du einfach deine eigene Praxis vertiefen und dein Wissen rund ums Thema Yoga auch "off the mat" erweitern.

Bei uns bist du in jedem Fall richtig: Teile deine Leidenschaft und werde bezahlt für das, was du am liebsten machst.

Trag zum Wohlbefinden anderer bei und inspiriere dein Umfeld zu einem gesunden und ganzheitlichen Lebensstil.

Die Ausbildung ist auch als Bildungskarenz möglich. Für mehr Infos zur Bildungskarenz melde dich bei uns.



*"Es ist nie zu spät das zu werden, was du hättest sein können."  
- George Elliot*

Buchung Komplett-Paket:

Early Bird € 2.590 -

Regulär: € 2.790-

Anzahlung: € 500,

# Aerial Yoga Trainings 2022/23

Alle Aerial Yoga Ausbildungen können einzeln gebucht werden oder im Rahmen der 300h Fortbildung.



## Aerial Flow Yoga Level 1

Level 1 - 50 Stunden in Wien - 6 Tage

• 15. + 16. + 22. + 23. + 29. + 30. Apr. 2023

Level 1 - 30 Stunden in Wien - 4 Tage

• 12. - 13. und 19. - 20. Nov 2022

• 15. + 16. + 22. + 30. Apr. 2023



Trainer: Sheila Falk, Lisa Hübner, Nina Karger  
Kosten 50h: 890.- Frühbucher / 980.- Normalpreis  
Kosten 30h: 590.- Frühbucher / 680.- Normalpreis  
Anrechenbar als Teil der 300h Yogafusion Multistyle  
Yogalehrerausbildung

## Aerial Yoga Level 2

### Aerial Acrobatics + Hands On Modul

Trainer: Lisa Hübner, Nina Karger

10.-11. September 2022

### Aerial Fit and Dance Modul

Trainer: Daniela Staudinger

22.-23. Oktober 2022

### Aerial Yoga Relax Modul

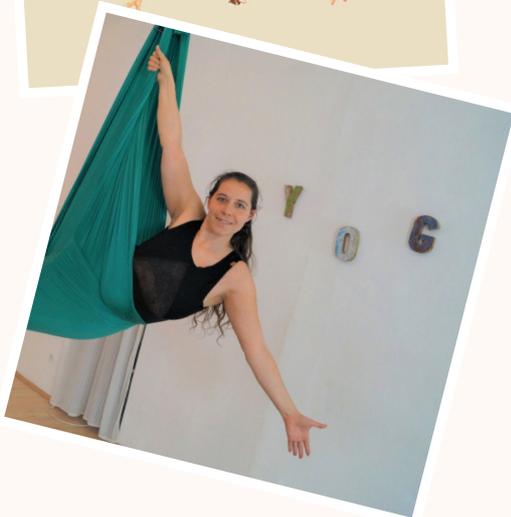
Trainer: Sheila Falk, Lisa Hübner

29.-30. Oktober 2022

Kosten:

Komplettpaket: 3 Module 750.-

Modul einzel: 300.-



A photograph showing two women practicing aerial yoga. One woman in a pink top and teal leggings is in the foreground, holding a purple aerial silk. Another woman in a black top and leggings is behind her, also holding the silk. The background is plain white.

# Aerial Yoga Teacher Trainings

Level 1 + Level 2: Austria - Greece - Bali

## *Aerial Flow Yoga Level 1*

Die Aerial-Flow Yoga Ausbildung umfasst 50 Stunden, ist international anerkannt und wird in Kleingruppen bis 12 Personen durchgeführt, um eine intensive und persönliche Betreuung während der Ausbildung zu ermöglichen.

An drei intensiven Wochenenden wirst du in diesen neuen, spannenden Yogastil eingeführt, welcher unterschiedliche Techniken aus verschiedenen Disziplinen wie Luftakrobatik, Hatha Yoga, Flow Yoga, Akrobatik und Nuad (Thaimassage) zu einem ganzheitlichen Konzept zusammenführt. Im Laufe der Ausbildung wirst du eine neue Bandbreite von Yogapositionen, unterstützt durch das spezielle Yogahängetuch, erlernen und die Wirkung von Aerial Yoga erfahren. Nach erfolgreicher Absolvierung des Trainings bist Du bereit, Aerial Yoga im Unterricht an andere weiterzugeben.

Das Aerial-Flow Yoga Teacher Programm setzt sich aus drei Bereichen zusammen:

- Aerial Yoga Asanas (Basic & Advanced)
- Aerial Yoga Flows
- Aerial Partner & Aerial Yoga Massage

Preise: 980.-€ Normalpreis

890.-€ Frühbucher

Im Preis enthalten sind ein umfangreiches Teacher Training Manualsowie das international anerkannte Zertifikat! Yoga Alliance anerkannte Weiterbildung.





## Aerial Yoga Kids and Family II

### Aerialyoga für Kinder und Familien

Gemeinsam bewegen, spielen, schaukeln, dehnen und entspannen! Aerialyoga ist nicht nur für Erwachsene interessant auch Kinder lieben es in den Tüchern zu schweben. In dieser Ausbildung lernst du Aerialyoga in den unterschiedlichen Altersklassen zu unterrichten. Ob du deine Kenntnisse als Yogalehrer/in erweitern oder Aerialyoga in deine pädagogische Arbeit integrieren möchtest, oder einfach nur Lust hast Aerialyoga neu zu erleben – bei uns bist du genau richtig!

### Schwerpunkte:

Unterrichtseinheiten für Kids, Teens, Kleinkinder und Mama Baby Yoga, Yogaspiele, Sinnesübungen und Entspannungsübungen mit und ohne Tuch. Lerne deine eigene Einheiten zu erstellen.  
Abschluss: Aerialyoga Probestunde  
Ziel dieser Ausbildung ist es dir zu ermöglichen, Yogastunden so zu gestalten, wie sie deiner individuellen Natur als Yogalehrer/in entsprechen.

Du kannst dieses Modul als 5 tages Level up Modul (25h) buchen oder als komplette 8tägige Ausbildung inkl. Aerial Yoga Basics (40h).

### Ort:

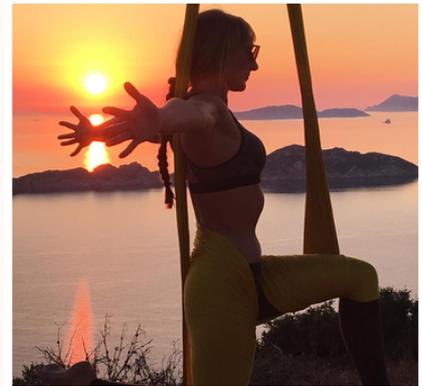
Yogafusion; Wien  
Korfu, Greece

### Termin:

Korfu Sommer 2022  
Die Unterrichtseinheiten finden morgens und Abends statt. Dazwischen bleibt Zeit zum relaxen und erkunden der wunderschönen Gegend.

### Kosten:

Komplett Ausbildung: 890.-  
Level up Modul 480.-





## *300 # Advanced Yogalehrerausbildung*

Du hast bereits eine 200 Stunden Yogalehrer-Ausbildung gemacht und möchtest dich gerne weiterbilden? Mit unseren verschiedenen Modulen kannst du dir dein Yoga Weiterbildungs-Programm individuell zusammenstellen.

**VIELSEITIG:** Du interessierst dich für verschieden Yogastile? Werde zum Spezialisten und vertiefe dein Wissen gezielt.

**KOMPETENT:** Alle unsere TrainerInnen sind YogalehrerInnen mit jahrelanger Unterrichtserfahrung und spezifischem Fachwissen.

**FLEXIBEL:** Die meisten Module finden bei Bedarf auch ONLINE statt sodass du besonders flexibel bist in deiner Zeitplanung und auch von zuhause aus lernen kannst. Wir freuen uns auf dich!

## *Unsere Philosophie:*

### **Yoga ist mehr als nur Asanas.**

Yoga findet nicht nur auf deiner Matte statt. Yoga ist eine Lebenseinstellung. Wir verbinden traditionelles Yoga mit Erkenntnissen der modernen Wissenschaft im Sinne einer nachhaltigen Yogapraxis für Menschen von heute.

### **Yoga ist Vielfalt: We are all ONE.**

Yoga übersetzt bedeutet "Einheit" bzw. Eins-Sein. Yoga hat viele Gesichter, Yoga kennt viele verschiedene Stile. Aber die Essenz bleibt immer dieselbe: Einheit von Körper, Geist und Seele. Wir schätzen alle verschiedenen Formen von Yoga und möchten Menschen ermutigen ihre eigene Yoga Ausdrucksform zu entdecken. Nur dann ist Yoga authentisch, wirksam und macht Spaß!

# Aerial Yoga Level up Module

1

## Akrobatik Modul

In diesem Modul legen wir die Aufmerksamkeit auf akrobatische Yogahaltungen, Circustricks, Hands on, sowie Creative Sequenzing! Du liebst es dich ins Tuch zu wickeln und mit deine SchülerInnen mit neuen Figuren zu überraschen dann ist dieses Level Up Modul genau richtig für dich :)

Termin:



2

## Fit and Dance Modul

In diesem Modul lernst du neue Aerial Asanas kennen, welche den ganzen Körper kräftigen. Egal ob du die neuen Übungen in deine bestehenden Stunden einbauen möchtest oder eigene Fit Klassen anbieten möchtest - dieses Modul ist eine Bereicherung für dein Angebot. Als weitere Erweiterung lernst du Aerial Dance Klassen und Choreos aufzubauen und schnupperst in das neue Format Aerial Barre hinein.

Termin:



3

## Aerial Relax Modul

In diesem Modul legen wir den Fokus auf Aerial Yin Yoga, Yoga Nidra im Yogatuch, Aerial Massagetechniken und Aerial Yoga in Verbindung mit Aromatherapie!

Schwerpunkte: über 30 Yin Positionen  
neuen Massagetechniken im Tuch  
Aromatherapie für deine Aerial Yogastunde  
Tiefenentspannung mit Yoga Nidra im Tuch.

Termin:



# Modul Acro Yoga

Dieses Modul besteht aus 2 separaten Events die auch einzeln besucht werden können.

AcroYoga verbindet die Weisheit von Yoga, die dynamische Kraft von Akrobatik und die liebevolle Heilungskraft von Thai Massage bzw. Nuad Bodywork. Diese drei Elemente bilden die Grundlagen einer Praxis die auf Vertrauen, Verspieltheit und Gemeinschaft basiert.



1

**Acro Yoga Lunar Immersion:** 25 h

Nächster Termin: geplant 2023  
4 Tage lang widmen wir uns der entspannenden Aspekten der AcroYoga Praxis: Fliegen und Loslassen in der Luft und auf dem Boden mit Nuad.

2

**Acro Yoga Grundlagen Intensive:** 15 h

Nächster Termin: geplant 2023  
Lerne die Grundlagen von AcroYoga Solar (Akrobatik) und Lunar (Entspannung).

3

**Acro Yoga Solunar Weekend:** 18 h

Nächster Termin: in Planung  
Genieße ein langes Wochenende voll spannender Workshops rund ums Thema Yoga, AcroYoga, Handstand und Thai Massage von und mit Pascal und Julia Weis von Swadharma - Life Is Precious aus Deutschland.



# Modul Hands on

Anatomie BEGREIFEN. Berührung im Yoga als erfahrbare Wissenschaft. Wir entdecken gemeinsam verschiedene Aspekte der Palpationstechnik und betrachten den Einsatz im Yoga-Unterricht für Hands-On Assists und Adjustments.

Wir analysieren Yoga Positionen aus den unterschiedlichen Kategorien: Vorbeugen, Rückbeugen, Drehungen etc. und wenden das Erlernte direkt in der Praxis an.

Trainerin: Lisa Hübner, Sheila Falk

Termin

- 15. + 16. Oktober 2022
- 10. + 11. Dezember 2022
- täglich 6 Stunden von 9:30 - 12:30 und 13:30 - 17:30

# Modul Sequenzing - Blueprint

Kluges und kreatives Sequencing ist der absolute Grundpfeiler deines progressiven, immer wieder frischen Yoga Unterrichts der deine eigene Handschrift trägt.

TrainerInnen: Julia & Pascal Weiß

**25./26.02.2023**

Online oder Live in Leinsweiler/ Deutschland  
15h



# Modul Philosophie

In diesem fundierten Lehrgang lernst Du die geschichtliche Entwicklung und den Ursprung zahlreicher Yoga-Posen genau kennen! Neben den Yoga-Positionen, die aus dem indischen Alltag gegriffen sind, tauchen wir ein in die Welt der sagenhaften Legenden über Yogis, Yoginis, Götter, Göttinnen und Helden, die mit Yoga-Positionen in Verbindung gebracht werden.

Trainerin: Shakiri Juen

Termine: Herbst 2022 in Wiener Neustadt oder Online jederzeit starten.

30h



## Modul Restorativ Yoga

Diese Restorative Yoga Ausbildung findet über 10 Wochen verteilt einmal wöchentlich statt.

L

Insgesamt ergeben diese 10 Termine je 120 Minuten einen Umfang von 20 Stunden. Jeder Termin beinhaltet Theorie und Praxis.

**Immer Dienstag 17:00 - 19:00 von 4. Oktober bis 14. Dezember 2022 ONLINE AUSBILDUNG**



## Modul Yoga Nidra

Yoga Nidra ist eine Übung der Tiefenentspannung, deren Wirkungen über die gewohnte Vorstellung von Entspannung hinausgehen soll. Es handelt sich um eine Art psychischen Schlaf, in dem körperliche, geistige und seelische Aktivitäten zur Ruhe kommen sollen.

Termine: Neue Termine 2023

30h



## Modul Kinderyoga Online

Die integrale Kinderyoga-Pädagogik für ein harmonisches Miteinander von und mit Hanna Pessl: "Mit Staunen, Spiel und Leichtigkeit zu einer bunten und friedvollen Welt."

Die Ausbildung besteht aus 5 Modulen. Diese Module bauen aufeinander auf. Du hast lebenslangen Zugang zur Lernplattform der Onlineausbildung und den Superpower Skills. So kannst du in deinem Tempo und deinem Interesse folgend die Ausbildung absolvieren.

Trainerin: Hanna Pessl

120h

**Start jederzeit möglich**



## Modul Schwangeren Yoga

Du erhältst fundiertes, praktisch umsetzbares Wissen über sämtliche Bereiche der prä- und postnatalen Phase im Leben einer Frau und die Fähigkeit Yoga, Atmung und Entspannung so zu vermitteln, dass es sowohl eine sinnvolle Form der Vorbereitung auf die Geburt darstellt als auch eine erfrischende und nährnde Unterstützung im ersten Jahr mit dem Baby ist.

Das Intensivtraining bildet die Grundlage, prä- und postnatales Yoga sicher und souverän zu unterrichten.

Termine:  
in Planung



## Modul Bhakti Yoga

Von den verschiedenen Yoga-Wegen ist Bhakti Yoga einer der sanftesten, aber auch einer der wichtigsten. Bhakti Yoga wird auch als „Das Yoga des Herzens“ bezeichnet, entsprechend sind die Ziele von Bhakti Yoga klar formuliert: Entwicklung der Hingabe-Fähigkeit und Öffnung des Herzens. Bhakti Yoga zählen unter anderem Chanting, Japa und Kirtan.

Trainerin: Renee Sunbird  
Frühling 2023

15h



## Modul Business and Personal Branding

In diesem Modul lernst du deine eigene Marke zu entwickeln. Wie du dich am besten online und auf Social Media präsentierst und deine Schüler online sowie live am besten erreichen kannst.

Trainerin: Natali Hann

Termine: in Planung

20h



# Thai Yoga - Bodywork

## **Deine ganzheitliche bodywork Ausbildung!**

Wir verbinden Tradition und Moderne, Achtsamkeit und Anatomie sowie Spiritualität und Stabilität.

**In dieser Ausbildung lernst Du Raum zu halten durch achtsame Bewegung. Du lernst dich und deinen Körper kennen um anderen zu helfen sich selbst anzunehmen!**

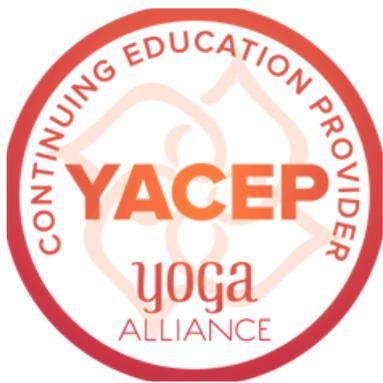
Aufgeteilt auf zwei lange Wochenenden startest du Deinen Weg zum bodyworker, lernst die Techniken kennen um den ganzen Körper in einer Sequenz zu behandeln. In Kombination mit der täglichen Yoga- und Meditationspraxis sowie dem Einblick in die Philosophischen Aspekte der ThaiYoga Tradition laden wir Dich ein deine Berührung und deine Fähigkeit Raum zu halten neu zu definieren!

Julia unterrichtet seit über 15 Jahren begeisterte Yogis und angehende bodyworker in Ihren Ausbildungen, Workshops und auf Konferenzen.

Ihre Liebe zur ThaiYogaMassage fand Sie zunächst über ihre Yoga Praxis, die sie über die Ayurveda Massage nach Indien und letztendlich zum Sunshine Network in Griechenland und Laos führte. In zahlreichen Ausbildungen und Behandlungen weltweit teilt Julia ihre Begeisterung und ihr Fachwissen für den menschlichen Körper und die menschliche Psyche.

[www.swadharna.de](http://www.swadharna.de)





*Yogafusion*

Tendlergasse 11, 1090 Wien  
Eingang Ecke Wilhemexnergasse  
[www.yogafusion.at](http://www.yogafusion.at)  
[om@yogafusion.at](mailto:om@yogafusion.at)  
0699 117 64802



AERIAL  
YOGA  
VIENNA