

YOGA-Expertenausbildung (300 Std)

Die nächste Stufe für deine Praxis und deinen Unterricht!

Schon seit einiger Zeit gehst du deinen Yogaweg, du praktizierst und unterrichtest. Der Fluss von Lernen und Lehren ist ein Teil dieses Wegs. Bist du bereit, die Vielfalt des Yoga weiter zu entdecken? In der Expertenausbildung von 300 Stunden bekommst du Wissen und Praxis von anerkannten, erfahrenen Yogalehrenden und Experten.

Die Ausbildung besteht aus 6 Präsenzmodulen à 6 Tage. Das erste Modul ist ein intensiver Einstieg von 6 Tagen im Block. Die weiteren Module finden jedes an 2 Wochenenden (Fr-So) statt. Dazwischen hast du viel Zeit, das Gelernte umzusetzen und sowohl in der eigenen Yogapraxis als auch in deinem Unterricht die Wirkung und Veränderung zu erleben.

Jedes Modul hat ein Schwerpunktthema, das die Bandbreite des Yoga widerspiegelt und mit dem du deine Praxis und deine Stunden an die heutigen Bedürfnisse ausrichten kannst. Yogaphilosophie, Anatomie, Physiologie, Stundenaufbau und Didaktik fließen in jedem Modul auf logische Weise mit ein.

Ergänze dein Wissen mit diesen spannenden Themen:

1.	Tiefgang & Transformation Bist du bereit, deine Praxis und dein Teaching auf die nächste Stufe zu heben? Modul 1 der 300h-Advanced-Ausbildung: 6 Tage Fokus, Tiefgang und Transformation. Das erwartet dich: <ul style="list-style-type: none"> • Ashtanga Vinyasa & Advanced Asana: Erweitere deine körperlichen Grenzen und dein Teaching-Repertoire. • Refine your Teaching Skills: Werde präziser und authentischer in deinem Unterricht (Didaktik, Stundenaufbau und Hands-On). • Meditation & Philosophie: Die Übung ist nicht schwer, die Herausforderung ist, ein Praktizierender zu werden. Komm in deine Kraft und verfeinere dein Handwerk als Teacher. Nutze diesen Raum für dein persönliches Wachstum und deine berufliche Entfaltung.	Christian Klix Hilde Maartje Thiele Intensivstart 10.-15.11.26
----	---	---

2.	<p>Energie verstehen</p> <p>Yoga ist Energiearbeit; wie gehst du mit deiner Energie um und welche Energie möchtest du weitergeben?</p> <p>Modul 2 der 300h-Advanced-Ausbildung: 2 x 3 Tage</p> <p>Das erwartet dich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Energie in der Asanapraxis: Hatha Yoga, Flow Yoga, Kriya Yoga. Und wie du deine Stunden energetisch passend aufbaust. • Yoga und Ayurveda: Nutze das Wissen um die Doshas und Gunas und Sorge gut für dich und deine Kund*innen. • Nahrung und Ernährung: Fokus auf Annamaya Kosha, stärke deine Lebensenergie. • Pranayama: lerne Prana, Nadis und Chakras verstehen. 	<p>Hilde Maartje Thiele Tamina Spelz</p> <p>Teil a: 22.-24.1.27 Teil b: 12.-14.2.27</p>
3.	<p>Regeneratives und therapeutisches Yoga</p> <p>Begegne den Einschränkungen und Anliegen deiner Kund*innen souverän und kompetent.</p> <p>Modul 5 der 300h-Advanced-Ausbildung: 2 x 3 Tage</p> <p>Das erwartet dich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Yin Yoga: die Körperstrukturen verstehen. • Restorative Yoga: lerne, wie du Körper und Nerven besänftigen, entspannen und mobilisieren kannst. • Therapeutisches Yoga: Umgang mit Bewegungseinschränkungen, erkenne Spannungen und Einschränkungen und gebe sinnvolle Assists. • Props im Unterricht: Welche Hilfsmittel helfen wirklich? 	<p>Nina Dickel, Nadine Keil, Hilde Maartje Thiele</p> <p>Teil a: 4.-6.6.27 Teil b: 18.-20.6.27</p>
4.	<p>Yoga mit allen Sinnen</p> <p>Finde deinen Ausdruck im Yoga und mache Yoga für deine Teilnehmenden mit allen Sinnen erfahrbar.</p> <p>Modul 4 der 300h-Advanced-Ausbildung: 2 x 3 Tage</p> <p>Das erwartet dich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Asanapraxis als Ausdruck deines Selbst: Was strahlst du aus, was verkörperst du? • Bringe Körper, Atem und Stimme in Einklang: Höre dir selbst zu und trainiere Stimme und Atemführung. • Nada Yoga: Wie beeinflusst Klang das Yoga-Erleben? Vertiefe die Erfahrbarkeit in der Yogapraxis • Yoga mit Aroma: die Wirkung von Geruch auf den Körper; nutze ausgewählte Düfte in deinem Unterricht 	<p>Hilde Maartje Thiele, Sally Nanz, Stefan Okamura</p> <p>Teil a: 10.-12.9.27 Teil b: 24.-26.9.27</p>

<p>5.</p>	<p>Kreativität im Yogaunterricht</p> <p>Bringe Abwechslung in deinen Unterricht und inspiriere deine Teilnehmenden!</p> <p>Modul 6 der 300h-Advanced-Ausbildung: 2 x 3 Tage</p> <p>Das erwartet dich:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Immer die gleichen Worte und Themen? Setze deine Kreativität frei und finde neue Inspiration für deine Stunden. • Stundenaufbau: finde den passenden Rhythmus, um dein Thema noch besser rüberzubringen. Deine Teilnehmenden werden deine spannenden Stunden genießen! • Props – nicht nur für Senioren! Ergänze deinen Yogaunterricht mit Stuhl, Block, Bändern und mehr. Auch Teilnehmende ohne Einschränkungen profitieren von dieser Erfahrung. Leite schwierigere Asanas auf gesunde Weise Schritt für Schritt an. 	<p>Christina Groetsch, Hilde Maartje Thiele</p> <p>Teil a: 19.-21.11.27 Teil b: 3.-5.12.27</p>
<p>6.</p>	<p>Entwicklung und Präsentation eines eigenen Workshops</p> <p>Schließe deine YOGA-Experten Ausbildung mit einem selbst konzipierten Workshop ab. Es dient der Integration der erlernten Inhalte sowie der persönlichen und fachlichen Entwicklung während der Ausbildung.</p> <p>Im Mittelpunkt steht die Präsentation eines eigenen Workshops. Dieser muss nicht ausschließlich Yoga zum Thema haben, sollte sich jedoch im Feld von Körperarbeit, Achtsamkeit, Spiritualität oder Selbsterfahrung bewegen. Dein Workshop widerspiegelt deine individuellen Stärken, die eigene Kreativität sowie Aspekte, die im Verlauf der Ausbildung vertieft wurden.</p> <p>Das Modul bietet Raum für Reflexion und Austausch und unterstützt dabei, deine Ausrichtung als Lehrender zu klären und sichtbar zu machen. Ziel des Moduls ist ein selbst konzipierter Workshop, den du anschließend als professionell vermarktbare Angebot nutzen kannst.</p>	<p>Christian Klix, Hilde Maartje Thiele</p> <p>Teil a: 3.-5.3.28 Teil b: 17.-19.3.28</p>

Deine Lehrer

Christian Klix wohnt in Berlin und übt Yoga seit fast 25 Jahren. Er ist vielseitig ausgebildet und liebt die Yogaphilosophie. Unten ist der Link zu seiner Website - schau dich gern dort um.

Hilde Maartje Thiele unterrichtet Yoga seit 2010 und liebt die Vielseitigkeit der Menschen. Sie findet für jeden Körper eine passenden Übung und hat ein gutes Gespür für energetische Wirkungen.

Nina Dickel ist Expertin für Yin Yoga. Darüberhinaus praktiziert und unterrichtet sie traditionell tantrisches Hatha Yoga. Sie leitet Modul 3 "Regeneratives und therapeutisches Yoga".

Sylvia (Sally) Nanz ist Yogalehrerin, Ernährungsberaterin und Aromaberaterin. Sie liebt Klang und Kräuter und bringt dieses Wissen in Modul 4 "Yoga für die Sinne" ein.

Christina Groetsch ist Künstlerin und Yogalehrerin mit einem feinen Gespür für einen wertschätzenden Umgang mit sich und anderen. Modul 5 "Kreativität im Yogaunterricht" ist ihr Terrain.

Tamina Spelz ist Ernährungswissenschaftlerin und Yogalehrerin. Sie gibt ihr Wissen in Modul 2 "Energie verstehen" an dich weiter.

Nadine Keil ist Physiotherapeutin und Yogalehrerin. Im Yoga arbeitet sie vor allem mit Senior*innen, und ihre Erfahrung teilt sie im Modul 3 "Regeneratives und therapeutisches Yoga" mit dir.

Stefan Okamura ist Logopäde und hat nach seiner Gesangsausbildung auch als Sänger und Gesangslehrer gearbeitet. Im Modul 4 "Yoga für die Sinne" geht es mit ihm um deine Stimmpräsenz.

Voraussetzungen

Die Voraussetzung ist eine abgeschlossene 200h-Yogalehrer-Ausbildung. Wenn du eine andere Ausbildung und bereits Erfahrung im Yoga-Unterrichten hast, passt das auch.

Module können einzeln gebucht werden, sofern Plätze frei sind. Vorrang haben die Teilnehmer der gesamten Ausbildung.

Wenn du deine Yogapraxis vertiefen möchtest, aber (noch) nicht selbst Yoga unterrichtest, sprich uns bitte an. Dann klären wir die Möglichkeiten individuell.

Preise

YOGA-Expertenausbildung (300h)	4.490
Early Bird bis 31.07.2026	4.200
Einzelmodul	850

inkl. gesetzlicher MwSt von 19%

Bei Buchung der gesamten Ausbildung kannst du mit Sepa-Lastschriftmandat auch in Raten zahlen:

Monatliche Rate (17 Monate ab Nov 2026)	268
Jährliche Rate (Nov 26, Jan 27, Jan 28)	1520

inkl. gesetzlicher MwSt von 19%

Anmeldung

Melde dich per E-Mail verbindlich an: info@yogawelten.de

Du bekommst dann von uns die Bestätigung mit der Rechnung und der Zahlungsmöglichkeiten.