

## Ausschreibung

# BTV Kursleiter Yoga Vertiefung / Lehrgangs-Nr. 251003082073 - 15 UE

<b>Termin</b>	07.03.2025
<b>Meldeschluss</b>	21.02.2025
<b>Ort</b>	R_aum Regensburg, Pfarrergasse 2, 93047 Regensburg
<b>Kosten</b>	BTV-Mitgliedsvereine: 80,00 Euro / Sonstige: 120,00 Euro
<b>Mindestalter</b>	18
<b>Zul.voraussetzungen</b>	BTV-Kursleiter Yoga 1
<b>Inhalt</b>	Bei diesem Lehrgang werden die Themen Ausrichtung und Korrektur (Adjustments und Alignment) sowie weiterführende Atemtechniken (Pranayama) vertieft. Du bekommst wichtige Tipps rund um das Thema "Hands on" und lernst das Prinzip von Stabilität und Leichtigkeit in den Asanas zu verinnerlichen, um zielgruppenorientiert unterrichten zu können. Ebenfalls werden Übungen für die Flexibilität der Atemhilfsmuskulatur durchgeführt, welche für die weiterführende Atemtechniken essenziell sind.
<b>Lizenzverlängerung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ÜL C Allround-Fitness</li> <li>Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene</li> <li>ÜL B Breitensport Sport in der Prävention</li> <li>Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit</li> <li>ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere</li> <li>BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere</li> <li>BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche</li> </ul>
<b>Ansprechpartner</b>	Natalie Merl
<b>Anmeldung</b>	über unsere Homepage <a href="https://btv-turnen.de">Lehrgangssuche (btv-turnen.de)</a>