

Ausschreibung

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

Termin	07.03.2025
Meldeschluss	21.02.2025
Ort	R_aum Regensburg, Pfarrergasse 2, 93047 Regensburg
Kosten	BTV-Mitgliedsvereine: 80,00 Euro / Sonstige: 120,00 Euro
Mindestalter	18
Zul.voraussetzungen	BTV-Kursleiter Yoga 1
Inhalt	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.
Lizenzverlängerung	<ul style="list-style-type: none"> ÜL C Allround-Fitness Trainer C Breitensport Fitness und Gesundheit, Schwerpunkt Erwachsene ÜL B Breitensport Sport in der Prävention Qualitätssiegel Pluspunkt Gesundheit/Sport pro Gesundheit ÜL B Profil Erwachsene/Ältere Schwerpunkt Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Erwachsene/Ältere BLSV ÜL C Breitensport Profil Kinder/Jugendliche
Ansprechpartner	Natalie Merl
Anmeldung	über unsere Homepage Lehrgangssuche (btv-turnen.de)