

Martina Weickel

verbrachte nach ihrem ersten juristischen Staatsexamen an der Freien Universität in Berlin fünf Jahre in Indien. Sie hat dort an verschiedenen Instituten (Trivandrum, Jaipur, Rischikesh, Dharamsala und Varanasi) Yoga und Meditation erlernt. Ihre Yogalehrerausbildung im Klassischen Yoga hat sie in Bombay am ältesten Yoga Institut der Welt (The Yoga Institute) bei Dr. Jayadeva Yogendra absolviert. Nachfolgend leitete sie dort Workshops für Herzranke, Menschen mit Atembeschwerden, Diabetiker, Menschen mit Rückenbeschwerden, Workshops für Schwangere, und Yogaseminare Stress-Management für Führungskräfte. Kenntnisse aus zahlreichen Yogafortbildungen in Encinitas, Kalifornien sind in den Unterricht integriert.

Seit 2002 bildet sie in dem von ihr gegründeten Sadhana Yoga Institut in Mannheim Yogalehrer*innen im Klassischen Yoga aus. Sie ist Yogalehrerin BDY /EYU.

Das Sadhana Yoga Institut bietet zudem eine Yogatherapie Weiterbildungen, kurze Intensive Teacher Trainings in englischer Sprache für ausländische Teilnehmer*innen, eine Ausbildung zum Yogacoach und eine Fortbildung, wie man selbst lernt, Yogalehrer*innen auszubilden.

Martina ist auch Enneagrammlehrerin nach Helen Palmer, Biografiebegleiterin i.e.A und Coach in gewaltfreier Kommunikation und bietet seit 25 Jahren Coachings für Yogalehrer*innen in Verbindung mit der Yogaphilosophie an.

2014 erschien das Buch 'Yogatherapie. Heilanwendungen für Körper, Geist und Seele' im Goldmann Verlag. 2019 das Buch 'Von der Oma zum OM'.

Beginn:
31.Januar 2020

Ausbildungsort:
SADHANA YOGA INSTITUT
Obere Riedstr. 32 und im Garten

Information:
Martina Weickel
☎ 0621 – 72 45 312
✉ mahatina@gmx.de

Zeiten:
Freitags 17-20 Uhr im Institut
Samstags 10-18 Uhr im Institut

Kosten:
230 € monatlich über 12 Monate

Die Ausbildung vermittelt fundierte Kenntnisse im klassischen Yoga. Die Integration dieser Kenntnisse in den Alltag ermöglicht den Teilnehmer*Innen, in ihr volles Potential hineinzuwachsen. Im Vordergrund steht die eigene spirituelle Entwicklung. Die Ausbildung orientiert sich an den Prinzipien der

Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Sie ist so konzipiert, dass die Teilnehmer*innen sehr früh mit dem eigenen Unterricht beginnen können. Sie kann aber auch zum persönlichen Intensivstudium genutzt werden. Klassisches Yoga steht für den tiefen Drang nach Veränderung von Werten, Motivationen und innerer Haltung.

Teacher Training

Januar 2020

1.Jahr Online & Offline



SADHANA YOGA INSTITUT
AUS- UND WEITERBILDUNGEN IM CLASSICAL YOGA

MARTINA WEICKEL
MANNHEIM, GERMANY

www.Classical-Yoga.de

INHALT DER AUSBILDUNG

<ul style="list-style-type: none">▪ Asanas des Klassischen Yoga	1. WE	31.1./1.Feb. 2020	Asanas und Yoga Philosophie
<ul style="list-style-type: none">▪ Pranayama, Kriyas, Mudras▪ Philosophie und Geschichte des Klassischen Yoga	2. WE	29.2. / 1.März 2020	Pranayama, Kriyas, Mudras, Ayurveda und Ernährung
<ul style="list-style-type: none">▪ Methodenlehre und Unterrichtsgestaltung▪ Patanjali, Bhagavadgita, Veden, Upanishaden	3. WE	3. / 4. April 2020	Methodenlehre, Unterrichtstraining, eigene Vorstellstunde
<ul style="list-style-type: none">▪ Anatomie und physiologische Aspekte der Asanas▪ Psychologie und Gewaltfreie Kommunikation	4. WE	8. / 9.Mai 2020	Patanjali's Yoga Sutras und ihre Anwendung aufs tägliche Leben
<ul style="list-style-type: none">▪ Meditation, achtfacher Pfad▪ Finanzplanung, Existenzgründung, Marketing	5. WE	19. / 20.Juni 2020	Anatomie und physiologische Aspekte der Asanas
<ul style="list-style-type: none">▪ Sanskrit▪ Yoga für Kinder, Schwangere, SeniorInnen	6. WE	10. / 11.Juli 2020	Yoga und Psychologie
<ul style="list-style-type: none">▪ Yoga Therapie▪ Vorstellstunden und Besprechung	7. WE	18: / 19.Sept. 2020	Yogatherapie
<ul style="list-style-type: none">▪ Abschluss und Zertifikat	8. WE	16. / 17 Okt. 2020	Yogaphilosophie und Meditation
<p>Die Ausbildung hat 210 Unterrichtseinheiten und endet mit einem Zertifikat. Danach gibt es ein 2. Und 3. Modul mit insgesamt 525 UE, welches der BDY Ausbildung gleichgestellt ist. Von den 210 UE finden 170 UE im Sadhana Yoga Institut statt. 40 UE werden online absolviert. Mit Facebook live, einer Facebook Gruppe, Webinaren, Podcasts und Arbeitsblättern werden wir während der Ausbildung und auch danach miteinander vernetzt sein und viel Power aus der Fülle der Gruppenenergie schöpfen.</p>	9. WE	13. / 14.Nov 2020	Yoga und Geld, Sanskrit
	10. WE	4. / 5.Dez. 2020	Gemeinsamer Abschluss