



## CHAKRA SEVEN YOGA

Grundausbildung Yoga 300

---

### **Rahmen und Inhalt**

Die CHAKRA SEVEN Yoga Ausbildung & Persönlichkeitsentwicklung ist eine Yoga Ausbildung, die angepasst ist an den Zeitgeist. Die fernöstlichen Lehren des Yoga werden ergänzt durch aktuelle Inhalte spiritueller und wissenschaftlicher Lehren unserer westlichen Kultur, wie:

- Spirituelle Psychologie
- Osteopathie

Die Ausbildung vermittelt eine Essenz von östlichen und westlichen Weisheitslehren, ohne religiöse Anbindung, und fördert nicht nur das eigene Wachstum, sondern befähigt die TeilnehmerInnen zu einer achtsamen und ganzheitlichen Vermittlung der Yogalehre.

In der Ausbildung vermitteln wir folgende Bewegungslehren des Yoga:

- Hatha Yoga
- Kundalini Yoga
- Vinyasa Yoga
- Yin Yoga

Unsere Art Yoga zu lehren bezeichnen wir als inklusiv und körperneutral. So wie du bist und mit dem, was du mitbringst, bist du bei uns von Herzen willkommen. Dein individueller Wachstumsprozess wird von uns liebevoll gefördert und unterstützt. Wir geben unsere Erfahrungen aus mehr als zehnjähriger Praxis als YogalehrerInnen, Yoga AusbilderInnen und TherapeutInnen in unseren jeweiligen Fachbereichen weiter und sind an den TeilnehmerInnen als Menschen und an deren Wachstum interessiert.

### **Dauer**

Die CHAKRA SEVEN YOGA 300 Ausbildung dauert 1 Jahr und gliedert sich in 11 Wochenenden.

Die Teilnehmerzahl ist auf maximal 18 Menschen begrenzt. Dies ermöglicht intensives Lernen und Üben, einen unterstützenden Austausch und ein schönes Miteinander.

### **Unterrichtszeiten**

Freitag 18:30 - 21:00

Samstag 11:00 - 19:30

Sonntag 08:30 - 17:00

+ einmalig WE 11: Freitag Start um 15:00

### **Unterrichtsort**

Ahoi Yoga

Geibelstraße 54

22303 Hamburg - Winterhude

### **DozentInnen Team**

Stephanie Noël Yogalehrerin für Kinder, Erwachsene und Senioren, Yogalehrer Ausbilderin, Meditationslehrerin, Innere Kind Therapeutin, Leiterin Familien- und Systemaufstellungen, Kommunikationswissenschaftlerin

Jens Neumann Yogalehrer für Erwachsene, Yogalehrer Ausbilder, System- und Familien Aufsteller  
Dipl. Ing.

Pauline Noël Yogalehrerin, Yogalehrer Ausbilderin,  
Heilpraktikerin, Osteopathin (Vollzeitstudium)

Britta Ibbeken Yoga- und Achtsamkeitstrainerin, MBSR / MBCL Lehrerin  
Yin Yoga Lehrerin, Heilpraktikerin für Psychotherapie

### **Kosten**

€4050.- | €3750.- Frühbucher Preis bei Anmeldung und Zahlung bis 4 Monate vor Beginn der Ausbildung, Ratenzahlung möglich

### **ZPP**

Die ZPP ist die zentrale Prüfstelle der Krankenkassen in Deutschland, die bei der Absolvierung einer 500 Stunden Yoga Ausbildung Yogakurse, die bestimmte Kriterien erfüllen, bezuschusst. Aus diesem Grund bieten wir im Anschluss an YOGA 300 YOGA 200 als eine vertiefende und weiterführende Ausbildung für YogalehrerInnen an.

### **Anmeldung und Informationen**

Internet [www.chakra-seven.de](http://www.chakra-seven.de)

Mail [yoga@chakra-seven.de](mailto:yoga@chakra-seven.de)

Mobil 0172 90 45 867, Stephanie Noël / 0151 59 82 4112, Pauline Noël