



# Yogalehrer Ausbildung

Termine 2026 - 2027



Lindwurmstr. 117 – D-80337 München | [www.osteopathie-ausbildung.de](http://www.osteopathie-ausbildung.de)  
E-Mail: [info@osteopathen-ausbildung.de](mailto:info@osteopathen-ausbildung.de) | Tel.: 089 99016900 | Inh.: Moshe Kastiel

# Modul 17 - Yogalehrer Ausbildung

## Basisstudium - Aufbaustudium

Die **Akademie für Medizin und Lebenskunst** bietet eine innovative Yogalehre Ausbildung, die traditionelle Yoga-Prinzipien mit modernen Ansätzen wie Osteopathie, Neurologie und Biomechanik verbindet. Basierend auf der NIT-Methode (Neuro-Integrative Therapie) von M. Kastiel® umfasst die Ausbildung ein Basis- und ein Aufbaustudium und richtet sich an alle, die Yoga professionell und verantwortungsvoll unterrichten möchten.

Unsere Yoga-Ausbildung umfasst ein Basisstudium und ein Aufbaustudium für alle, die Yoga-Kurse verantwortungsvoll und selbstständig planen und durchführen möchten. Sie erhalten eine branchenweit anerkannte Lizenz und profitieren von der Expertise unserer professionellen Dozenten mit langjähriger Erfahrung. Die praxisnahe Ausbildung bereitet Sie optimal auf Ihre Tätigkeit als Yoga-Trainer:in in Fitnessstudios, Rehakliniken oder Ihrem eigenen Yoga-Studio vor.

Für Absolventen des Yoga Aufbaustudiums besteht zudem die Möglichkeit, Ihre Kurse bei der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) registrieren zu lassen und diese über die Krankenkassen abzurechnen – ein entscheidender Vorteil für Ihre berufliche Zukunft.

## Zielgruppen

### Yoga Basisstudium:

- Diese Ausbildung ist ideal für alle Yoga-Begeisterten, die sich fundiertes Wissen und praktische Fähigkeiten aneignen möchten, um Yoga professionell zu praktizieren – sei es für sich selbst oder für andere.

### Yoga Aufbaustudium:

- Dieses Studium richtet sich an alle, die ihre Kenntnisse vertiefen und umfassende praktische Erfahrungen sammeln möchten. Mit dem Aufbaustudium können Sie Ihre Yoga-Kurse professionell gestalten und diese bei der Zentralen Prüfstelle für Prävention (ZPP) registrieren lassen, um Krankenkassenzuschüsse für Ihre Kurse zu ermöglichen.

## Präsenzunterricht und Online Möglichkeit

Der Präsenzunterricht wird an der Medizin und Lebenskunst Akademie, Lindwurmstrasse 117, 80337 München abgehalten. Wenn Sie online von zu Hause aus teilnehmen möchten, sind Sie im laufenden Unterricht über ZOOM zugeschaltet. Die Online Möglichkeit ist für viele unserer Schüler eine willkommene Lösung, wenn es mal nicht anders geht oder die Wegstrecke sehr weit ist. Nach unserer Erfahrung funktioniert dies einwandfrei.

Das sehen wir an Schülern, die die gesamte Ausbildung online absolviert haben

### Wie funktioniert der Online Unterricht?

Der Dozent unterrichtet vor Ort an der Akademie. Alle Teilnehmer bekommen am Freitag vor dem Kurs den Online Zugang. Jeder entscheidet dann selber, ob er online ist oder vor Ort kommt. Das kann man auch tageweise spontan entscheiden. Für die Online Teilnahme braucht man eine eingeschaltete Webcam, die den Teilnehmer zeigt. Ohne Kamera ist keine Online Teilnahme möglich. Die aktive Teilnahme ist vor allem Online sehr wichtig.

## Ziele der Ausbildung

Nach Abschluss der Ausbildung können Sie:

- Yoga-Kurse in Fitnessstudios, Rehakliniken oder Unternehmen leiten.
- Ihr eigenes Yoga-Studio eröffnen.
- Präventionskurse mit Krankenkassenzuschuss anbieten (nach ZPP-Registrierung).

Unsere praxisorientierte Ausbildung vermittelt Ihnen die notwendigen Fähigkeiten, um als Yogalehrer:in erfolgreich zu sein, und eröffnet Ihnen vielfältige berufliche Möglichkeiten.

# Inhalt der Ausbildung

## Yoga - Prinzipien und Methoden:

Die Ausbildung umfasst ein breites Spektrum an Yoga-Stilen, darunter **Hatha Yoga mit Elementen aus Kundalini, Vinyasa, Yin, Restorative Yoga, Raja und Jnana Yoga sowie Alignment Iyengar Yoga**. Ziel ist es, die Vielfalt und Tiefe der Yogapraxis zu verstehen und gezielt anzuwenden. Der Fokus liegt dabei auf der Förderung des Wohlbefindens und der Behandlung spezifischer Gesundheitszustände.

- Vermittlung der wesentlichen Asanas in Theorie und Praxis für gesunde Teilnehmer, Hauptwirkungen und Kontraindikationen
- Techniken des Pranayama, Hauptwirkungen und Kontraindikationen
- Meditationstechniken mit Hauptwirkungen und Kontraindikationen, Neurobiologie der Meditation
- Yoga-Techniken zur Entspannung und zum Ausgleich des autonomen Nervensystems
- Asanas und Pranayama bei gesundheitlichen Einschränkungen und Beschwerdebildern, Indikationen und Kontraindikationen
- Entwicklung von individuellen Therapieplänen für Klienten

## Yoga integriert mit moderner Medizin und den Prinzipien der MK Method®:

- Diagnostik der Hirn-Körper-Neigung
- Methoden zum Ausgleich der Hirn-Körper-Neigung über Yoga, Qi Gong, energetische Arbeit, Psychologie und geistige Gesundheit
- Grundlagen der Psychologie, Stressmanagement-Techniken, emotionales Gleichgewicht und therapeutische Anwendungen von Yoga für die geistige Gesundheit

## Ethik und Professionalität:

- Verantwortungsvolle Praxis, ethische Standards und professionelles Verhalten als Yoga-Therapeut

## Kommunikation und Interaktion:

- Effektive Kommunikationsfähigkeiten, Beratungstechniken und der Aufbau einer unterstützenden Beziehung zu den Klienten

# Modul 17 - Yogalehrer Ausbildung

## Basisstudium

**Umfang: 216 UE: 6 Kurse zu je 4 Tagen (So, Mo, Di, Mi 10 Uhr – 13 Uhr, 14 Uhr – 18 Uhr)**

**Zertifikat:** Yogalehrer:in nach der MK Methode® Schriftliche und praktische Prüfung am Ende der Ausbildung.

**Voraussetzungen:** Erste eigene Erfahrungen im Yoga sind von Vorteil, jedoch nicht notwendig.

KURS	START APRIL 2026 DOZENTIN: DIANA AUST	START MAI 2027 DOZENTIN: DIANA AUST
Kurs 1	19.-22. APRIL 2026	30. Mai – 02. Juni 2027
Kurs 2	28.06. bis 01. Juli 2026	20.-23. Juni 2027
Kurs 3	19.-22. Juli 2026	08.-11. August 2027
Kurs 4	30. AUGUST – 02. SEPT 2026	05.-08. September 2027
Kurs 5	11.-14. OKT 2026	04.-07. Oktober 2027 (Mo - Do)
Kurs 6	22.-25. NOV 2026	05.-08. Dezember 2027

# Modul 17 - Yogalehrer Ausbildung

## Aufbaustudium

**Voraussetzungen: Yogalehrer Basisstudium**

**Umfang: 480 UE: 14 Kurse zu je 4 Tagen (So, Mo, Di, Mi 10 Uhr – 13 Uhr, 14 Uhr – 18 Uhr)**

**Zertifikat: Yogalehrer:in nach der MK Methode®**

Mit 480 UE kann man sich als Yogatherapeut bei der Zentralen Prüfstelle für Prävention anmelden und die Yoga Kurse dann mit den Krankenkassen abrechnen.

**Um 480 UE zu erreichen, buchen Sie die folgenden Module hinzu:**

• Yogalehrer Basisstudium Kurs 1-6	216 UE
• Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen Kurs 1-2	72 UE
• Modul 6 - N.I.T. Neuro-integrative Therapie nach M. Kastiel ® Kurs 1-4	144 UE
• Modul 3 - Craniosacrale Osteopathie Kurs 1-2	72 UE
<b>TOTAL</b>	<b>480 UE</b>

Wer diese Kurse an der Akademie schon im Rahmen seiner Osteopathie Ausbildung besucht hat, braucht für die 480 UE nur noch die Basisstudium zum Yogalehrer zu machen.

## Naturwissenschaftlich-medizinische Grundlagen

KURS	START JAN 2026	START JUNI 2026	START NOV 2026	START MAI 2027	START SEPT 2027	KURSIHALT
KURS 1	25.-28. Januar 2026	21.-24. Juni 2026	15.-18. November 2026	30. Mai – 02. Juni 2027	18.-21. Oktober 2027	Einführung in die Anatomie des osteoartikulären und muskulären Systems
KURS 2	11.-14. Januar 2026	14.-17. Juni 2026	13.-16. Dezember 2026	13.-16. Juni 2027	19.-22. September 2027	Einführung in die Anatomie und Physiologie der inneren Organe

## N.I.T. Neuro-integrative Therapie nach M. Kastiel®

MODUL 6	START JULI 2026	START APRIL 2027
KURS 1	12.-15. Juli 2026	04.-07. April 2027
KURS 2	23.-26. August 2026	04.-07. Juli 2027
KURS 3	11.-14. Oktober 2026	29. Aug – 01. Sept 2027
KURS 4	29. November – 2. Dezember 2026	14.-17. Nov 2027
<b>Prüfung</b>	02. Dezember 2026	17. November 2027

## Craniosacrale Osteopathie

MODUL 3	START JAN 2026	START JUNI 2026	START NOV 2026	START JUNI 2027	START OKT 2027
KURS 1	04.-07. Januar 2026	07.-10. Juni 2026	29. Nov – 02. Dez 2026	27.-30. Juni 2027	26.-29. Sept. 2027
KURS 2	18.-21. Januar 2026	05.-08. Juli 2026	17.-20. Januar 2027	25.-28. Juli 2027	28. Nov – 01. Dez 2027





Medizin und Lebenskunst Akademie, Inh: M. Kastiel  
Lindwurmstrasse 117, 80337 München,  
Email: [info@osteopathen-ausbildung.de](mailto:info@osteopathen-ausbildung.de),  
Home: [osteopathie-ausbildung.de](http://osteopathie-ausbildung.de),  
Tel.: +49-89-99016900