

Berufsbeschreibung

Die Yogalehrerin und Yogalehrer unterrichten Gruppen von 10 bis 15 Personen. Jede Woche wird eine neue Yogalektion vorbereitet, die von einem bestimmten philosophischen Gedanken getragen ist. Wenn es gelingt, dies für die Teilnehmenden durch Meditations- und Körperübungen erfahrbar zu machen, ist viel erreicht. Yoga ist eine Technik, mit der man körperliche, seelische und geistige Gesundheit realisieren kann. Diese Technik ist ursprünglich aus Indien. Ihr Ziel ist es, Menschen auf dem Weg zur Selbstfindung zu begleiten. Körperübungen, Atem-, Konzentrations- und Entspannungstechniken sollen den Teilnehmenden zu mehr Ausgeglichenheit und Harmonie verhelfen.

Anforderung

a) Abgeschlossene Volksschule mit zusätzlichem Diplom oder b) eine abgeschlossene Berufslehre und c) 20-25 Jahre Minimum und d) Yogapraxis mindestens 3 Jahren; Ausbildung wird meist als Zweitausbildung absolviert.

Bereitschaft, sich in die indische Yogalehre zu vertiefen, Interesse an psychischer und physischer Gesundheit des Menschen, Anliegen, sich selber zu entwickeln, persönliche Reife, gutes Körperbewusstsein, Belastbarkeit, Einfühlungsvermögen, Ausdauer, Geduld, Kontaktfreude philosophische und psychologische Interessen

Ausbildung

Während 3-4 Jahren Block- und Wochenendkurse. Es gibt verschiedene in- und ausländische Ausbildungen mit unterschiedlichen Schwerpunkten. Prüfung: schriftliche Prüfung in Anatomie, Physiologie, Philosophie; Erteilen einer Yogastunde, Diplomarbeit.

Entwicklungsmöglichkeiten

Ständige Weiterbildung ist unerlässlich, Veranstaltungen werden von der Schweiz. Yoga Gesellschaft sowie grösseren Yoga-Schulen angeboten.

Kontaktadressen - Schaffhausen

Weitere Informationen sind beim regionalen Berufsinformationszentrum (BIZ) und bei einer Berufsberaterin oder einem Berufsberater erhältlich.