

Yogalehrerausbildung focus & flow (Januar – November 2024)

Im Zuge der YLA sind 50 besuchte Yogastunden nachzuweisen. Dabei bleibt es dir überlassen, bei wem du diese Yogastunden besuchst. Konzentriere dich so gut wie es geht bei der Yogapraxis auf dich. Dann öffnet sich die Schatztruhe des Lebens.

Natürlich kannst du auch in der Beobachtung sein und schauen, was dir besonders an den Rahmenbedingungen, am Lehren, an der Lehrperson gefällt. Du wirst viel mitnehmen! Bitte trage für die Dokumentation den Ort (Studio, Räumlichkeit etc.), das Datum, die besuchte Stunde (z.B. Hatha Yoga) ein und lasse dir das Dokument von dem Lehrer*in unterzeichnen.

Nun folgt ein wichtiger Schritt: bekräftige deine Entschlossenheit!

Ich, _____, freue mich im Zuge der YLA focus & flow 50 Yogastunden zu besuchen. Darauf bin ich heute schon stolz. Ich bin mir der transformativen Kräfte bewusst und freue mich auf diese einzigartige Zeit voller Wunder!

Unterschrift

Viel Freude von Herzen, Dein Alex mit Ausbildungsteam

| | Ort | Stunde | Datum | Unterschrift Teacher |
|---|-----|--------|-------|----------------------|
| 1 | | | | |
| 2 | | | | |
| 3 | | | | |
| 4 | | | | |
| 5 | | | | |
| 6 | | | | |
| 7 | | | | |
| 8 | | | | |
| 9 | | | | |

| | | | | |
|----|--|--|--|--|
| 10 | | | | |
| 11 | | | | |
| 12 | | | | |
| 13 | | | | |
| 14 | | | | |
| 15 | | | | |
| 16 | | | | |
| 17 | | | | |
| 18 | | | | |
| 19 | | | | |
| 20 | | | | |
| 21 | | | | |
| 22 | | | | |
| 23 | | | | |
| 24 | | | | |
| 25 | | | | |
| 26 | | | | |
| 27 | | | | |
| 28 | | | | |
| 29 | | | | |
| 30 | | | | |
| 31 | | | | |
| 32 | | | | |
| 33 | | | | |
| 34 | | | | |

friedrich31.yoga

Begin to breathe

| | | | | |
|----|--|--|--|--|
| 35 | | | | |
| 36 | | | | |
| 37 | | | | |
| 38 | | | | |
| 39 | | | | |
| 40 | | | | |
| 41 | | | | |
| 42 | | | | |
| 43 | | | | |
| 44 | | | | |
| 45 | | | | |
| 46 | | | | |
| 47 | | | | |
| 48 | | | | |
| 49 | | | | |
| 50 | | | | |

friedrich31.yoga

Begin to breathe