



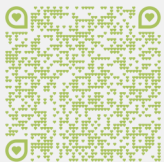
Kursnummer: LYGL26-we-10f
PRÄSENZ LEHRGANG



Lehrgang Dipl. Yogalehrer

www.flexyfitacademy.com
Hotline: +43 1 997 27 38
info@flexyfitacademy.com

„Flexyfit® - flexibles Lernen, fit für
die Zukunft.“



WhatsApp®
Scannen Sie den QR-Code mit Ihrem
Smartphone und abonnieren Sie unseren
„Flexyfit® Kanal“

Förderungen der Ausbildungen:

Aufgrund des gesamten Ausbildungsumfanges ist der Lehrgang für eine Förderung geeignet. Für eine detaillierte Beratung und die Erstellung eines Kostenvoranschlags für Ihre Förderstelle stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung. Bitte zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren.

Hotline: +43 1 997 27 38
info@flexyfitacademy.com

Alle Entgelte verstehen sich nach § 6 Abs (1) Z 11 lit a UStG - netto





Kursnummer: LYGL26-we-10f
PRÄSENZ LEHRGANG

Präsenzkurs Factsheet

Lehrgang

Dipl. Yogalehrer

Kurstyp: Kombiniertes Lehrgang | Online live Webinar, Wochenendkurs

Kursort: Innsbruck

Kursstart: Sofort starten mit: Körper, Atem & Yoga (online)
Präsenzphase: 05. Dezember 2026 - 21. Februar 2027

Module: Modul 1 | Sportkompetenz
Modul 2 | Körper, Atem & Yoga
Modul 3 | Ganzheitliche Yogapraxis & Vertiefung

Kosten: € 2.990,-

Ausbildungskosten inkl. Lehrgangsunterlagen (in digitaler Form) und Prüfungsgebühren.

Ratenzahlung möglich, ohne Zinsen, ohne Kostenaufschlag:
(Anzahlung: € 600,- & monatlich ab € 239,-)

Umfang: 652 Einheiten

SPK - Sportkompetenz | 200 SPK
EL - eLearning | Selbststudium | 189 EL
RE - Literaturrecherche | 21 RE
LE - Selbststudium (Lerneinheiten) | 120 LE
TE - Praktische Umsetzung | 90 TE
AE - Zusatzaufgaben & Prüfungen | 32 AE





Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Yogalehrer

Modul I Sportkompetenz

Kurstyp: eLearning, optional Präsenz (Online Webinare)

Zeitraum: beliebig

Unterrichtsfächer

- Anatomie
- Ernährung
- Erste Hilfe & Sportverletzung
- Grundlagen der Betrieblichen Gesundheitsförderung
- Kundenorientiertes Arbeiten
- Physiologie
- Sportpsychologie - Kommunikation und Motivation
- Trainingslehre

Modul II Körper, Atem & Yoga

Kurstyp: eLearning, optional Präsenz (Online Webinare)

Zeitraum: beliebig

Unterrichtsfächer

- Asana
- Atmung im Yoga - Pranayama
- Aufbau einer Yogastunde
- Einführung ins Yoga
- Methodik, Didaktik und Pädagogik im Yoga
- Suraya Namaskar (Sonnengruß)





Präsenzkurs Module

Lehrgang

Dipl. Yogalehrer

Modul III	Ganzheitliche Yogapraxis & Vertiefung
------------------	--

Kurstyp: Wochenendkurs (Sa. und So. 09:00-18:00 Uhr)

Schulungsort: Innsbruck

Zeitraum: 05. Dezember 2026 - 21. Februar 2027

Unterrichtsfächer

- Anatomisches Verständnis und Umkehrhaltungen im Yo... (12 UE)
- Energetische Aspekte der Yoga-Praxis: Vorbeugen, R... (12 UE)
- Flow Yoga und Ayurveda: Körperliche Bewegung und i... (12 UE)
- Ganzheitliche Praxis: Seitbeugen, Drehungen und Me... (12 UE)
- Körperliche Fundamente und Atemkraft im Yoga: Steh... (12 UE)
- Yoga Philosophie, Koshas und Chakren (12 UE)
- Yoga-Fluss und Entspannungskunst: Intelligente Seq... (12 UE)





Präsenzkurs Kursorganisation

Lehrgang

Dipl. Yogalehrer



Melanie Brandstätter, Bakk.

Prokuristin - Leiterin der Flexyfit Academy
+43 1 997 27 38-102
brandstaetter@flexyfitacademy.com



Sarah Laci, MSc.

in Karenz
+43 1 997 27 38-107
laci@flexyfitacademy.com

Wichtige Links

[Unser Leitbild \(bdf\) »](#)

[BK Basiskompetenz \(pdf\) »](#)

[Förderinformationen »](#)

[Unsere Zertifizierungen »](#)

