



**AUDE VIVERE**  
**AKADEMIE**



**Exposé**

**Aude Vivere Yoga-Lehrausbildung 500+**  
**Modulares Ausbildungskonzept**

# Das „Besondere“ des Aude-Vivere-Ausbildungskonzeptes

Die Aude Vivere Yoga-Lehrausbildung 500+ bietet Dir ein speziell auf Deine Bedürfnisse zugeschnittenes Ausbildungskonzept.

Das bedeutet für Dich, dass Du Dich in drei aufeinander aufbauenden Modulen von der Intensivierung Deiner Yogapraxis über immer differenziertere Themen und Aufgaben der Yogalehre bis hin zur professionellen Kompetenz einer Yogalehrerin und einem Yogalehrer ausbilden lassen kannst.



Am Ende der Ausbildung kannst Du sicher geschult anleiten, variantenreich Yogakurse und -veranstaltungen gestalten, unmittelbar mit Menschen in Beziehung treten, tolerant und humorvoll Eigenheiten von Teilnehmenden akzeptieren sowie gelassen auch in herausfordernden Situationen den Yoga glaubwürdig vertreten.

Die modulare Vorgehensweise ermöglicht Dir ein individuelles Herangehen. Ob mehr Praxiserfahrung und persönliches Körper-

erleben, ob Erweiterung der eigenen Techniken oder Begleitung von Menschen, den Yoga für sich zu entdecken, ob philosophische Vertiefung oder wissenschaftliche Verknüpfungen medizinischer, psychologischer oder pädagogischer Erkenntnisse: der Kompetenzerwerb orientiert sich an den hohen Qualitätsstandards des Berufsverbandes (BDYoga).

Als BDYoga-anerkannte Ausbildungsschule lehren wir praxisorientiert. Unsere Ausbildung leitet Dich an, um selber anzuleiten. Sie bezieht dabei Deinen individuellen Stil ein. Damit setzen wir als Lehrende einen modernen pädagogischen Ansatz um.



Dein Lernerfolg wird individuell begleitet. Denn wir haben die Erfahrung gemacht, dass Yoga auch persönliche Veränderungen anstößt und ermöglicht. Diese Anstöße können eine echte Entwicklung fördern. Dabei stehen wir zur Verfügung – mit unserem Wissen, mit unserer Erfahrung, mit unserer Wertschätzung.

**BDYoga**  
anerkannte Schulleitung



# Die Vorteile der Ausbildung bei Aude Vivere

Du hast wahrscheinlich auch den Anspruch, dass eine gute Ausbildung nicht nur Inhalte bereitstellt, sondern den ganzen Lernprozess gut begleitet. Anders als in der Schule ist Bildung für Erwachsene interessengeleitet und kompetenzorientiert. Denn wenn Du lernst, investierst Du nicht nur Geld, sondern auch Zeit und Mühe. Da sollte eine Ausbildung günstige Rahmenbedingungen setzen und die Bedürfnisse und den Bedarf der Teilnehmenden einbeziehen.

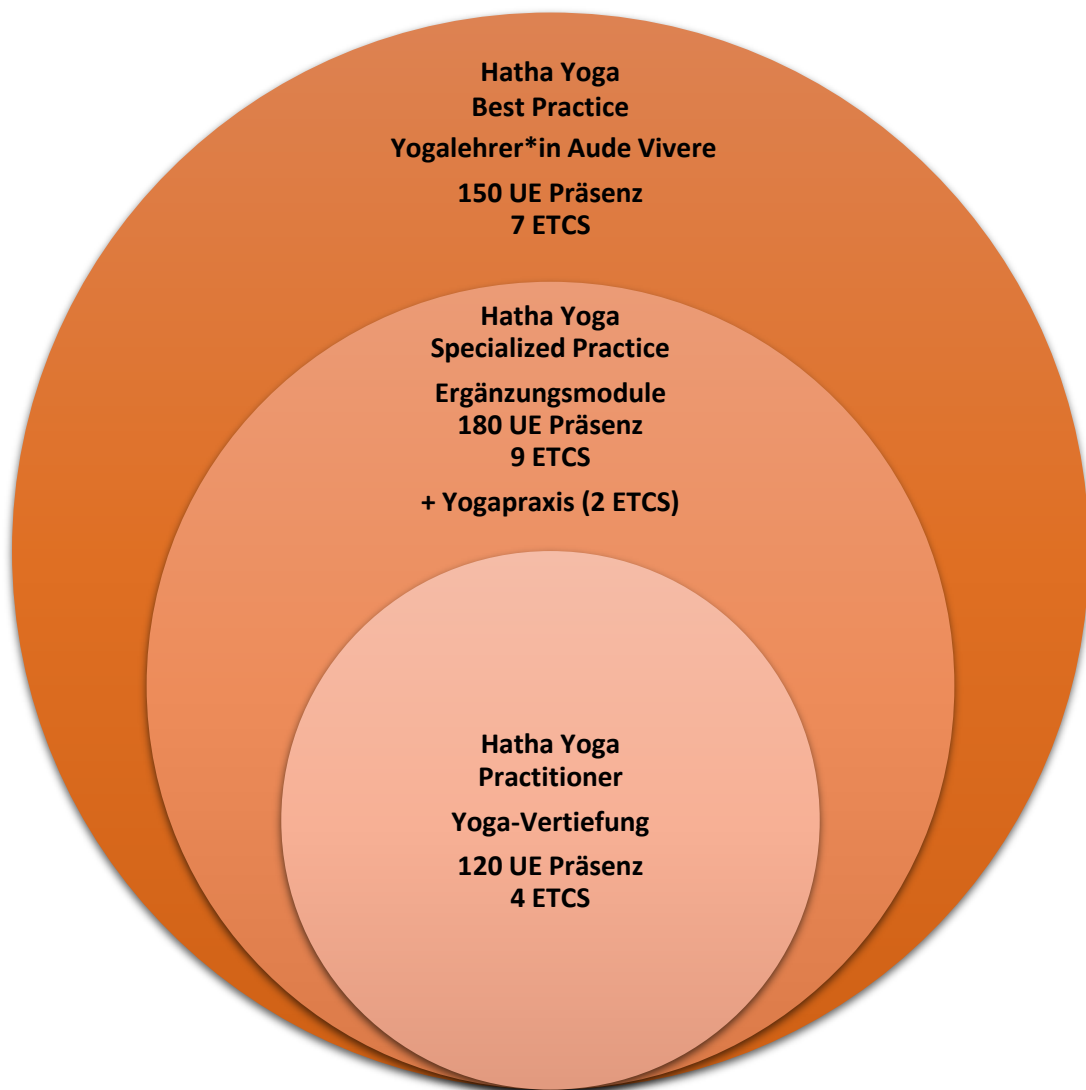
Unsere lange Erfahrung in der Erwachsenenbildung ermöglicht Dir nicht nur den Erwerb von Wissen, sondern erleichtert Dir auch das Verstehen von Zusammenhängen, fördert die Aneignung von Kenntnissen in Gruppen und macht – so unser eigener Anspruch – auch noch Freude.

Ziel der Ausbildung ist der Erwerb von Kompetenzen, die Dich für die Yogalehre qualifizieren und Deine Fähigkeiten optimal einzubinden ermöglichen.

## Die Vorteile im Überblick:

- individuelle Begleitung
- Anleitung zu einer präzisen Yogapraxis
- Anleitung zu einer präzisen Anleitung der Yogapraxis (Yogalehre)
- fachlich kompetent und umfassend
- strukturierte, modulare Seminar- und Präsenzphasen
- umfassendes online-gestütztes Lernen über eine virtuelle Lernplattform
- gutes Lehrmaterial – auch für zuhause
- komplettes und aktuelles Knowhow aus der Erwachsenenbildung
- speziell abgestimmt auf berufstätige Erwachsene
- Vermittlung des Hatha Yoga in seinen vielfältigen Ausformungen
- Unterstützung bei der Ausprägung eines eigenen/persönlichen Yogastils
- Bezug zu gesellschaftlichen, arbeitsweltlichen Entwicklungen
- Verknüpfungen zu anderen Professionen und Lebens- und Arbeitsbereichen (Prävention, Beratung, Physiotherapie, Massage, BGM/BGF, Reha, ...)
- zielgruppenkompatibel mit Yoga für Kinder, Menschen mit Handicaps, Senioren, Menschen in Lebenskrisen, Menschen in betrieblichen Kontexten
- Unterricht durch ein erfahrenes und multiprofessionelles Ausbildungsteam
- komfortable Seminarräume
- gute Verkehrsanbindung
- ideale Gruppengröße
- Prüfungs- und Praxistraining
- qualifiziertes Abschlusszeugnis
- Mitglied beim Forum Werteorientierung in der Weiterbildung e.V.
- Ausbildung als anerkannte Ausbildungsschule des BDYoga und der EYU

# Modulübersicht



## Modul 1 – Yoga-Vertiefung (Hatha Yoga Practitioner)

### Umfang:

Modul 1	UE	Std	ETCS
Präsenz	120	90	
Selbstlernzeit	40	30	
Summe	160	120	4



Das Vertiefungsmodul gilt als notwendige Einführung in die eigene, intensive Yogapraxis und ermöglicht den Erwerb eines tieferen Verstehens der Yogaprinzipien und -Grundlagen.

### Kompetenzen:

Du wirst immer sensibler für die Wirkungen der Yogapraxis auf den Körper und die emotionale Befindlichkeit.

Du kannst die Wirkungen aufgrund ihrer neurologischen und anatomischen deuten und nachhaltig für die Yogapraxis anvisieren.

Du kannst am Ende des Moduls eine eigenständige Praxis für Dich kreieren und dabei Deine individuellen Bedürfnisse berücksichtigen.

Du weißt, Verletzungsrisiken zu vermeiden.

Du kennst den Unterschied zwischen Yoga, Sport, Entspannungsverfahren und Therapie.

Du kannst insbesondere die drei Ebenen des Yoga Asana – Pranayama – Meditation unterscheiden und basal in der persönlichen Yogapraxis etablieren.

Du bist in der Lage, Hilfsmittel für eine bessere Ausrichtung in den Haltungen einzusetzen.

Du integrierst die eigene Yogapraxis in den Alltag.

Du kennst die Grundlagen der Yoga-Philosophie anhand der Geschichte, Traditionsphasen und aktuellen Konzepten, um sie für Dich in der Yogapraxis besser einbeziehen zu können und spirituelle Impulse für die eigenen Lebenswelten zu erhalten.

Du kannst zunehmend die Qualität von Yoga-Angeboten (Präsenz wie Online) besser einschätzen und eine Wahl treffen zu deren eigener Nutzung.

Du kannst eine kompatible Ernährung in den Alltag einpflegen.

Du kennst die Fachliteratur und besitzt Kriterien zur eigenen Recherche.

Du erlebst Yoga als persönlichen Transformationsprozess bzw. als angereicherten Erfahrungsraum zur Erfassung von Veränderungsprozessen auf körperlich-mentaler Ebene.

## Inhalte:

- Kenntnis, vertiefte Selbsterfahrung und Analyse der Konzepte von Āsanas bezüglich deren Anforderungen, spezifischen Wirkungen, Hauptwirkung, möglichen Verletzungsrisiken und Kontraindikation
- traditionsspezifische Inhalte wie Kategorisierung der Āsanas, Atemtechniken und Meditationsformen
- Medizinische, insb. anatomische und (neuro)physiologische Grundlagen
- Ausrichtungsprinzipien und Gruppierung von Āsanas
- Āsana-Praxis in dynamischen Bewegungsabläufen (vinyāsa/kāraṇa) und statischem Verweilen
- Āsana-Detailarbeit
- Einsatz von Hilfsmittel und Wirkung von HandsOn
- Förderung der Qualität von stabiler Leichtigkeit (sthira-sukham) in der Āsana-Praxis
- Bedeutung und Einsatz des Atems im Yoga
- Bedeutung und Umsetzung der mentalen Ausrichtung bei der Āsana-, Pranayama- und Meditationspraxis
- Angeleitete Übungspraxis im Pranayama
- Angeleitete Meditationen
- Förderung von Achtsamkeit und Akzeptanz in der eigenen Körperwahrnehmung.
- Anleitung zur Entspannung und Stressreduktion über verschiedene Verfahren wie Atemübungen, Selbstbeobachtung, angeleitete Entspannung, Yoga Nidra und Basismeditationen.
- Ausgewählte Aspekte der Ernährung

## Modulabschluss:

- Vollständige Teilnahme
- Erfahrungsbericht

## Kosten:

Die Ausbildungsgebühr umfasst 1950,- Euro und ist in 10 monatlichen Gebühren à 195,00 € zu zahlen. Die erste Überweisung wird fällig zu Beginn des Monats, in welchem das erste Ausbildungswochenende stattfindet.

## Termine:

Termine Modul 1 2024:

1. 10.-11.02.24
2. 20.-21.04.24
3. 30.-31.05.24
4. 01.-02.06.24
5. 17.-18.08.24
6. 30.11-01.12.24

Termine Modul 1 2026:

1. 31.01.-01.02.26
2. 21.-22.03.26
3. 09.-10.05.26
4. 04.-05.07.26
5. 12.-13.09.26
6. 28.-29.11.26

## Modul 2 – Ergänzungsmodule (Hatha Yoga Specialized Practice)

### Umfang:

Modul 2	UE	Std	ETCS
Präsenz	180	135	
Yogapraxis	50	37,5	
Selbstlernzeit (180+30)	210	157,5	
Summe	440	330	11

Das Ergänzungsmodul versteht sich als Wahlpflichtkonzept und bietet innerhalb der Wahlmöglichkeiten die umfängliche Schwerpunktsetzung innerhalb der Richtlinien der BDYoga- bzw. ZPP-Vorgaben.

Es beinhaltet:

- Insgesamt 18 Tagesseminare á 10 UE in der jährlichen Sommerakademie mit 180 UE Selbstlernzeit (180 UE + 180 UE = 270 Std = 9 ECTS)
- 2 Quartale Yogapraxis in einem Kurs mit 50 UE Praxis + 30 UE häusliche Praxis als Vertiefung (50 UE + 30 UE = 80 UE = 60 Std = 2 ETCS)

### Kompetenzen:

Du vertiefst Deine Kenntnisse, um eine bessere Förderungsmöglichkeit und Risikoabschätzung der Yogapraxis zu erkennen

Du kannst fortgeschrittene, komplexe Yogahaltungen verstehen und in die eigene Praxis integrieren

Du erhöhst den Wortschatz zur möglichen Anleitung der Yogapraxis

Du kannst die intensiven Praktiken des Hatha Yoga (Kriyas, Mudras, Bandhas) erklären und bei Dir selbst anwenden

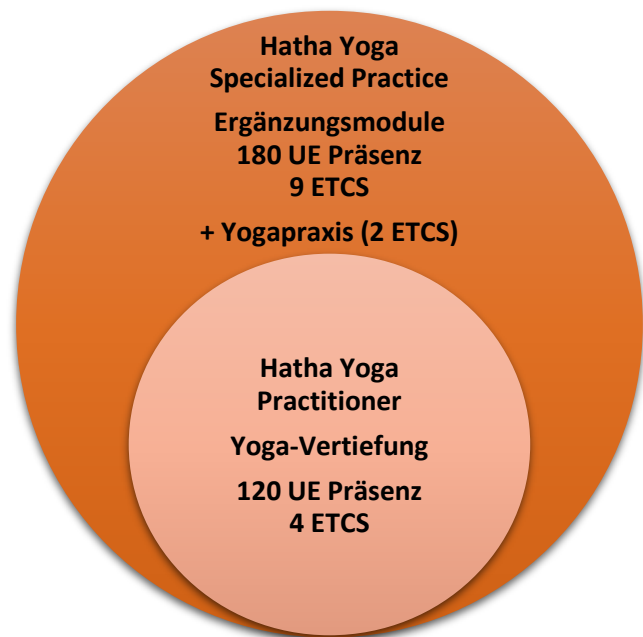
Du kannst die Resonanzen von Klang und Stimme für Dich erfahren und zur persönlichen Entwicklung – auch als Yogalehrende – einsetzen

Du beziehst die Fremdwahrnehmung in Deine Identität als Praktizierende/r und mögliche/r Lehrende/r ein und kannst Anregungen zur Persönlichkeitsentwicklung und Psychohygiene unter Begleitung und Feedback ausprobieren

Du kannst die Bedürfnisse und den Bedarf von Zielgruppen erkennen und in die Praxisplanung einbeziehen

Du verstehst die philosophischen Konzepte der Traditionsstufen bis in die Moderne und kannst die Grundlagen erklären

Durch die regelmäßige Yogapraxis in den Gruppen erfährst Du Routinen, Varianzen und Chancen der Erfahrung von gruppenspezifischen Prozessen



## **Inhalte:**

- Vertiefung einzelner medizinischer Schwerpunktthemen
- Praktische und theoretische Grundlagen fortgeschrittener Yogapraxis
  - Anspruchsvolle/komplexe Āsanas (z.B. Handbalancen, Umkehrhaltungen)
  - Kriyas
  - Mudras
  - Bandhas
  - Sequencing
  - Differenzierung und Erfahrung einzelner Yogastile
  - Mantren
  - Samyama
- Zielgruppenbeschreibung von Yogaangeboten
- Yoga für Kinder, Senioren und Menschen mit Einschränkungen
- Yogaelemente für eine komplexere Yogapraxis aus YinYoga, Restorative Yoga, AerialYoga, ThaiYoga
- Intensivierung der Pranayamapraxis, Kumbhaka
- Ausfaltung der Meditationstechniken
- Grundlagen der Prävention
- Ayurveda und gesunde Lebensführung
- Einsatz von Klang, Musik und akustischen Elementen
- Stimmbildung
- Wording
- Formen der Spiritualität und spirituelle Techniken im Yoga
- Spezielle Themenschwerpunkte der Philosophie
- Quelltexte der Yogatradition
- Psychologie der Bindung und Bindungsstörung
- Psychohygiene

## **Modulabschluss:**

- Nachweis der vollständigen Teilnahme

## **Kosten:**

Die Laufzeit des Aude Vivere Ergänzungsmoduls ist auf mindestens 3 Jahre angelegt. Sie kann kostenfrei jeweils um ein Jahr verlängert werden.

Innerhalb der Laufzeit wählt der Teilnehmende die entsprechenden Veranstaltungen aus. Dazu kann er jährlich zwischen zwei Optionen wählen.

Die 6 Veranstaltungen eines Jahres im Block umfassen 60 UE und werden mit 900,00 € berechnet. Einzelveranstaltungen werden mit je 175,00 € in Rechnung gestellt.

Der Vertrag gilt als erfüllt, wenn die notwendigen 18 Veranstaltungen absolviert wurden.

Aude Vivere dokumentiert die Teilnahme kontinuierlich.

## Termine:

### Termine Modul 2 2025:

1. 19.07.25
2. 26.07.25
3. 02.08.25
4. 09.08.25
5. 16.08.25
6. 23.08.25

### Termine Modul 2 2026:

1. 18.07.26
2. 25.07.26
3. 01.08.26
4. 08.08.26
5. 15.08.26
6. 22.08.26

### Termine Modul 2 2027:

1. 24.07.27
2. 31.07.27
3. 07.08.27
4. 14.08.27
5. 21.08.27
6. 28.08.27

## Modul 3 – Hatha Yoga Pädagogik (Hatha Yoga Best Practice)

### Umfang:

Modul 3	UE	Std	ETCS
Präsenz	150	112,5	
Selbstlernzeit	130	97,5	
Summe	280	210	7

Das Pädagogikmodul ermöglicht Yoga als Lehre kompetent und professionell anzuwenden und zu organisieren.

### Kompetenzen:

Du entwickelst durch die regelmäßige Teilnahme am Gruppenunterricht und/oder der Praxis aus den Ausbildungsveranstaltungen immer mehr Eigenständigkeit in der eigenen Yogapraxis und in der Anleitung der von Dir abgestimmten Unterrichtspraxis.

Du kannst im Yogaunterricht selbständig Verknüpfung von fachpraktischen und fachübergreifenden Themen vornehmen und in die Yogakursen einbinden.

Du beherrschst das Umsetzen des Prinzips teilnehmerorientierten Unterrichtens.

Du kannst einen Yogakurs und einen Kursablauf planen und analysieren.

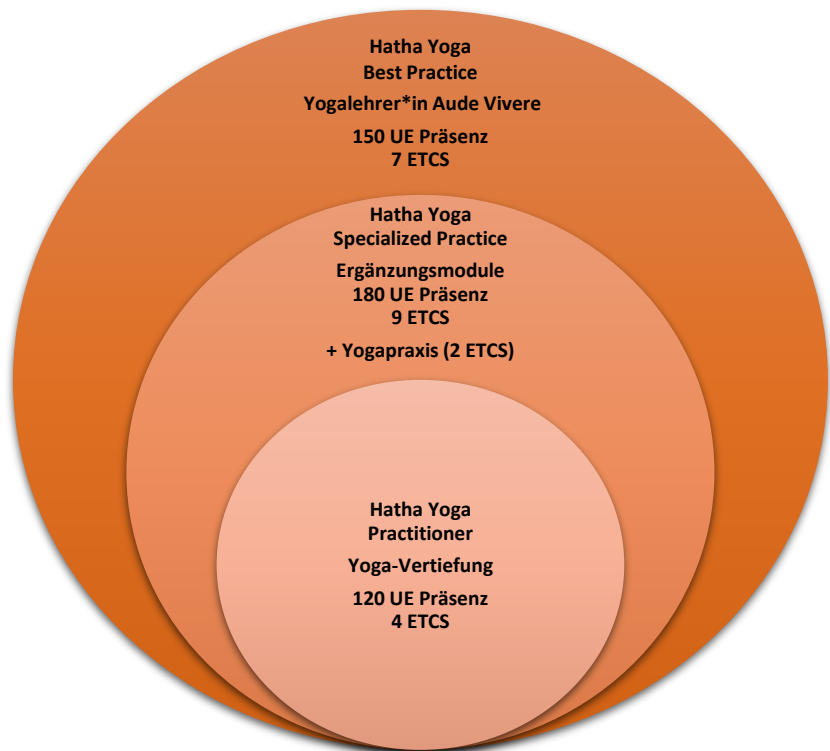
Du bist in der Lage, Bedarfe auch eigener Weiterbildungsmöglichkeiten zu erkennen und qualifizierte Angebote zu recherchieren.

Du kannst individuelle Einschränkungen erkennen und Hilfsmittel und Alternativhaltungen anbieten.

Du bist in der Lage, Angebote des Yoga in den verschiedenen Lebens- und Berufsfeldern erfolgreich anzubieten und umzusetzen.

### Inhalte:

- Didaktik und Methodik des Yoga-Unterrichtens
- Planung und Analyse von Yogastunden und -kursen,
- Schulung einer klaren und zielgruppen-spezifischen Sprache,
- die Prinzipien der Teilnehmerorientierung und Ermöglichungsdidaktik



- Einsatz von Medien im Unterricht, Rollenfindung in der Lehre,
- Stimmschulung,
- Korrekturhilfen und Formen der Unterstützung,
- Feedback und Coaching in der Praxis
- Unterrichtsmethoden zur teilnehmerorientierten und zielgerichteten Anleitung (Berücksichtigung der Bedürfnisse und Gegebenheiten der Übenden)
- Evaluation der Wirkungen auf Körper, Atem und Geist
- Für den Yoga-Unterricht relevante Kenntnisse häufiger Beschwerdebilder und deren Berücksichtigung in Bezug auf die Ausführung der Āsana-Praxis. Dazu gehören:
  - chronische Rücken-, Nacken-, Kopfschmerzen
  - Erkrankungen des rheumatische Formenkreises
  - Stoffwechselstörung
  - chronische neurologische Erkrankungen (Migräne, Multiple Sklerose, Morbus Parkinson)
  - Fatigue bei PTB, Long Covid oder Krebserkrankungen
  - Bluthochdruck und Herz-Kreislauf-Erkrankungen
  - Chronische Beeinträchtigung des Atmungssystems (z. B. Asthma bronchiale)
  - Chronische Darmerkrankung
  - Chronische Augenerkrankung
  - Kenntnisse über Schmerzmechanismen und unterschiedlichen Schmerzformen (akut, rezidivierend, chronisch)
  - Beratungsinhalte und -techniken bezüglich Anpassungen von Asana und Hilfsmittel-Einsatz im Hinblick auf die Erreichung des Übungsziels,
- Anknüpfung an die sportwissenschaftliche Trainingslehre mit Hinweisen zur Yoga-therapie,
- arbeitsmedizinische Grundlagen,
- psychiatrische und neurologische Zugänge zum Verstehen von Stress, Stressbewältigungsstrategien
- psychologische Kenntnisse zur Kundenbindung
- vertiefte Einblicke in die Quellentexte des Yoga, insbesondere die Veden, Upaniṣaden, Schriften des Vedānta, Yoga-Sutra des Patañjali, die Bhagavad-Gīta, des Tantraismus mit der Vijnana Bhairava, der Hatha Yoga Pradipika und der Gheranda Samhita mit den entsprechenden Menschen- und Körperbildern im Yoga (Nadis, Chakren, Koshas, moderne Zugänge),
- Ethik des Yoga im Alltag und Beruf
- Strategie und Handlungsfelder der Gesundheitsförderung, BGM und BGF, Konzepte von Gesundheit und Krankheit, Einbettung und Ergänzung zu anderen Angeboten im Gesundheitswesen wie Physiotherapie, Ayurveda, TCM und alternativmedizinischen Angeboten.

- Berufsbild, Berufsfelder, Existenzgründung, Rechtsformen, Marken Angebotsbeschreibung,
- Einschätzungshilfen für den Wert der eigenen Leistung, Finanzierung und Preisermittlung, Finanzplanung, Marketing, Kooperationen

### **Modulabschluss:**

- Nachweis der vollständigen Teilnahme
- Absolvierung der Lehrproben inkl. der Gruppenlehrprobe
- Erstellung eines Konzeptes für ein Präventionsangebot von 10 Yogaeinheiten

### **Kosten:**

Die Laufzeit des Pädagogikmoduls in der Aude Vivere Yoga-Lehrausbildung erstreckt sich über einen Zeitraum von 12 Monaten.

Die Ausbildungsgebühr für dieses Modul umfasst 2340,00 € und ist in 12 monatlichen Gebühren à 195,00 € zu zahlen. Die erste Überweisung wird fällig zu Beginn des Monats, in welchem das erste Ausbildungswochenende stattfindet.

### **Termine:**

#### Termine Modul 3:

1. 30.-31.01.2027: AuftaktWE
2. 05.-06.03.2027: Päd-Einheit 1
3. 09.-10.04.2027: Päd-Einheit 2
4. 11.-12.06.2027: Päd-Einheit 3
5. 10.-11.09.2027: Päd-Einheit 4
6. 15.-16.10.2027: Päd-Einheit 5
7. 12.-13.11.2027: Päd-Einheit 6
8. 04.-05.12.2027: AbschlussWE
9. Gruppenlehrproben n.V.

# Abschlusszertifikat/Zeugnis

Das Zeugnis für den Abschluss der gesamten Aude Vivere Yoga-Lehrausbildung 500+ wird erst ausgestellt, wenn die Leistungen aus allen drei Modulen erbracht wurden.

## Qualifikationsziele und Kompetenzerwerb über alle Module

### 1. Fachpraxis und Erfahrung

Den Zusammenhang und die positive Veränderbarkeit von Körper, Atem und Geist in Asana, Prānāyāma- und Meditationspraxis als zentrales Element des ganzheitlichen Übungswegs des Yoga für die Kursteilnehmenden erfahrbar und verständlich machen.

### 2. Fachwissenschaften

Grundlegende Aspekte der historischen Entwicklung der Yoga-Philosophie und -Praxis mit Bezug auf die aktuelle Yoga-Forschung und gesellschaftliche Zusammenhänge einordnen und an Teilnehmende vermitteln können.

### 3. Bezugswissenschaften

Aus den Bezugswissenschaften abgeleitete anatomisch-physiologische und mentale Zusammenhänge auf Yoga-Übungen übertragen und im Hinblick auf Prävention und die Förderung der körperlichen und psychischen Gesundheit in der Unterrichtspraxis angemessen berücksichtigen können. Zu den Bezugswissenschaften gehören: Ayurvedische und westliche Medizin, Naturwissenschaften und Psychologie.

### 4. Unterrichtsplanung

Aus der Vielfalt der Yoga-Inhalte zielgerichtet Stunden- und Kurskonzepte nach methodischen und didaktischen Gesichtspunkten erstellen und in konkrete zielgruppenspezifische Planungen umsetzen können.

### 5. Unterrichten

Die Rolle und die damit verbundenen Aufgaben der Yoga-Kursleitung pädagogisch und fachlich kompetent ausfüllen können.

### 6. Lehrperson

Die eigenen inneren Haltungen und Handlungen sowie den eigenen Wissensstand kritisch reflektieren und weiterentwickeln können. Aspekte der Yoga-Philosophie und des ganzheitlichen Yoga-Übungsweges im Hinblick auf die persönliche Weiterentwicklung in den Alltag übertragen können.

### 7. Alltagstransfer

Aus der Yoga-Philosophie und dem ganzheitlichen Yoga-Übungsweg den KursTeilnehmenden Anregungen für den Alltagstransfer und die Selbstreflektion geben können.

### 8. Berufskunde

Sich ein berufliches Tätigkeitsfeld aufbauen und dabei auch die Konzepte und Richtlinien im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention als Yogalehrende berücksichtigen können.

# Unsere DozentInnen

Hier siehst Du unser multiprofessionelles Team



## Torsten Ableiter

### **Aude Vivere Inhaber und Schulleitung**

Diplom Theologe | Diplom Sozialpädagoge | Master of Arts HR/Erwachsenenbildung | Yogalehrer BDY/EYU | WB Traumasensitives Yoga | Kinderyogalehrer | Aerial-Yogalehrer | Ayurveda Gesundheitsberater | staatliche Zulassung zur Psychotherapie/HeilprG

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Yogapraxis und Philosophie, Pädagogik, Psychologie und therapeutische Aspekte sowie Kommunikation.**

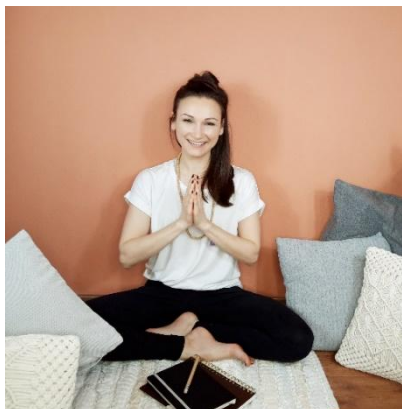


## Alexandra Stockhausen

### **Aude Vivere Geschäftsführerin, Schulleitung**

Diplom Sozialpädagogin | Yogalehrerin BDY/EYU | Aerial-Yogalehrerin | Ayurveda Gesundheitsberaterin, Massagetherapeutin, Phytotherapeutin und Köchin | Person-zentrierte psychologische Beraterin/GWG

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Yogapraxis, Yogaphilosophie, Ayurveda, Gesundheitslehre, Prävention, Pädagogik und Kommunikationstechniken.**



## Jasemin Cloßmann, Dozentin

Inhaberin der Yogaschule „Deine Mitte“ in Soest mit eigenen Aus- und Weiterbildungsangeboten für Yogalehrer:innen

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Ausrichtung/Technik, Flow, Hilfsmittel, Kopfstandhocker, Faszienyoga, Yoga 60plus und Restorative Yoga.**



### **Janna Frintrop, Dozentin**

Freiberuflich tätige Steuerberaterin

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Existenz-gründung, (Büro-)Organisation und Datenverarbeitung, Buchführung, Rechnungserstellung, Grundlagen Kalkulation, Steuer-, Kranken- und Rentenversicherungspflichten.**



### **Paola Gronau, Dozentin**

Gesangstherapeutin mit eigener Praxis in Köln

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Stimmbildung, Gesang/Mantrenrezitation, ästhetisch-musikalische Bildung und Einsatz von Klang-Instrumenten.**



### **Dr. Michael Hipp, Dozent**

Arzt für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Psychologie und Medizin, Schwerpunkt Psychiatrie und Neurologie, Bindungstheorie, Mentalisierungsprozesse, Entwicklungsstörungen und Körperwahrnehmungsschemata.**



### **Angela Kürzdörfer, Dozentin**

„Chefin vom Dienst“ in der Medienbranche | Yogalehrerin  
BDY/EYU

**Schwerpunkte in der Dozentur sind Yogapraxis, Pranayama, Meditation und Ayurveda.**



### **Ute Löffelsend, Dozentin**

Erziehungswissenschaftlerin | Inhaberin einer Berliner Yogaschule und Dozentin für den Berufsverband (BDYoga)

***Schwerpunkte in der Dozentur sind Ashtanga und Vinyasa Flow Yoga und die Geschichte des Yoga***



### **Sabine Lorenz, Dozentin**

Freiberuflich tätige Diplom Psychologie | pro+gesundheit

***Schwerpunkte in der Dozentur sind die Traditionelle Chinesische Medizin (TCM) und der psychologische Diskurs von Konzepten des Yoga und der TCM.***



### **Carina Mailänder, Dozentin**

Staatlich geprüfte Physiotherapeutin und Manualtherapeutin | Yogalehrerin

***Schwerpunkte in der Dozentur sind Anatomie, Physiotherapeutische Interventionen, Fragen zu Indikation und Kontraindikationen, Asana-Detailarbeit.***



### **Nadine Pohlenz, Dozentin**

Staatlich anerkannte Sozialpädagogin | Hatha Yogalehrerin | Kinderyogalehrerin

***Schwerpunkte in der Dozentur sind Yoga für besondere Zielgruppen, Kinderyoga, Yoga mit Hilfsmitteln, dynamische Yogapraxis und Yoga-Detailarbeit.***



### **Marika Schmidt, Dozentin**

Staatlich geprüfte Betriebswirtin | selbständige  
Yogalehrerin

***Schwerpunkt in der Dozentur ist die Yogapraxis mit  
Asana-Detailarbeit und Vinyasas***



### **Maggie Siemes, Dozentin**

Diplom Ingenieurin für Textil- und Bekleidungstechnik |  
Hatha Yogalehrerin | Ayurvedaberaterin

***Schwerpunkt in der Dozentur ist die Verknüpfung von Yoga  
und Ayurveda.***



### **Sanja Vupora, Dozentin**

Fachärztin für Frauenheilkunde und Geburtshilfe mit  
Kassensitz in Wuppertal | Yogalehrerin

***Schwerpunkte in der Dozentur sind Medizin,  
insbesondere Anatomie, Physiologie, Diagnostik und  
Frauenheilkunde***



Schulleitung: Alexandra Stockhausen und Torsten Ableiter  
Bergische Straße 2 | 42781 Haan  
Fon 02129-94 84 16 | Mobil 01525-376 29 27  
Mail [info@aude-vivere.de](mailto:info@aude-vivere.de) |  
Web [www.aude-vivere.de](http://www.aude-vivere.de)  
[www.aude-vivere-akademie.de](http://www.aude-vivere-akademie.de)