

# ANSE YOGA

## 500h Yogalehererausbildung 2027

Hatha Yoga Flows über 500 Stunden

September 2026 bis Oktober 2027

Veranstaltungsort: Anse Yoga, Gebhardweg 3, 81247 München

### **Ausbildungsinhalte nach Yoga Alliance Standards**

- Asanas, Alignment, Adjustments und Variationen mit Hilfsmitteln
- Anatomie und Vermeidung der häufigsten Yogaverletzungen
- Yogageschichte & Philosophie: Yogasutra des Patanjali, der achttgliedrige Pfad, Bhagavad Gita
- anatomisch sinnvoller Stundenaufbau
- Teaching, Unterrichtsmethodik, Stimme & Didaktik: lernen selbst zu unterrichten
- Mantras, Bandhas & Mudras
- Pranayama, Physiologie des Atems und die Wirkung auf das Nervensystem
- Meditation & Achtsamkeit, Yoga Nidra, Savasana
- Ayurveda & Lifestyle, eine Einführung in die ayurvedische Gesundheitslehre
- Yogabusiness Know-how
- Advanced Asanas: Armbalancen wie Handstand, Krähe & Unterarmstütz, ausserdem Spagat u.v.m.
- Einblicke in Partnernyoga, Kinderyoga, Yoga für Schwangere
- Präsenz, Stimme und Raum halten
- Persönlichkeitsentwicklung: Eigene Praxis vertiefen, Präsenz und Authentizität entwickeln  
Lehrproben mit Feedback
- Prüfungsvorbereitung & Prüfung, Zertifizierung
- Hospitation, Praktikum und Assistenzstunden im Anse Yoga Studio (nach Absprache)

### **voraussichtliche Ausbildungstermine**

- 18. & 19. September 2026 (Start 200YTT)
- 09. & 10. Oktober 2026
- 22. - 25. November 2026 (Intensiv Modul)\*
- 11. & 12. Dezember 2026
- 15. & 16. Januar 2027
- 22. & 23. Januar 2027 (Start 300h Aufbau)
- 12. & 13. Februar 2027
- 19. & 20. Februar 2027
- 6. & 7. März 2027 (Abschluss-WE 200h)
- 19. & 20. März 2027
- 9. & 10. April 2027
- 30. April & 1. Mai 2027
- 4. & 5. Juni 2027
- 2. & 3. Juli 2027
- 7. August & 4. September 2027 Online jeweils 10-13 Uhr
- 24. & 25. September 2027
- 23. & 24. Oktober 2027 (Abschluss-WE300 h)

#### Kurszeiten:

Freitag 17-20 Uhr/ Samstag 9-18 Uhr

## Anmeldeformular

### **Yogalehrer-Ausbildung 500 Std. nach Yoga Alliance Standard**

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Yogalehrer-Ausbildung mit 500 Unterrichtsstunden durch das ANSE Yoga Studio in München an:

**Vorname, Nachname:** \_\_\_\_\_

**Strasse, Hausnummer:** \_\_\_\_\_

**PLZ, Ort:** \_\_\_\_\_

**Land:** \_\_\_\_\_

**Telefon/Mobil:** \_\_\_\_\_

**Email:** \_\_\_\_\_

### **Bitte gewünschte Zahlungsart ankreuzen:**

#### **Einmalzahlung**

Mit der Anmeldung bezahle ich die Anmeldegebühr von 295 €. Diese habe ich an Annemarie Senger IBAN: DE07 7008 0000 0440 3356 00 unter dem Stichwort „Yogalehrer Ausbildung 500 Std.“ überwiesen.

Ich wähle für die Bezahlung der verbleibenden Ausbildungskosten (Zutreffendes bitte ankreuzen)

- Einmalzahlung mit Frühbucherrabatt und bezahle 5.900 € bis spätestens 31. August 2026 per Überweisung. Die Gesamtkosten (Anmeldegebühr + Einmalzahlung) betragen 6.195 €.

ODER:

- Einmalzahlung Normalpreis und bezahle 6.200 € bis spätestens 31. Dezember 2026 per Überweisung. Die Gesamtkosten (Anmeldegebühr + Einmalzahlung) betragen 6.495 €.

#### **Ratenzahlung**

Mit der Anmeldung bezahle ich die Anmeldegebühr von 295 €. Diese habe ich an Annemarie Senger, IBAN: DE07 7008 0000 0440 3356 00, unter dem Stichwort „Yogalehrer-Ausbildung 500 Std.“ überwiesen.

Die restliche Ausbildungsgebühr zahle ich per Überweisung in Raten wie folgt:  
12x monatlich 550 €, jeweils zum 1. im voraus des Monats, beginnend mit dem 1. September 2026.  
Die Gesamtkosten (Anmeldegebühr + Ratenzahlungen) betragen 6.895 €.

Der Gesamtbetrag muss bis zum Ende der Ausbildung beglichen werden.

Ich habe die Teilnahmebedingungen und Konditionen zur Ausbildung der „Yogalehrerausbildung Hatha Yoga Flows über 500 Std.“ gelesen und stimme diesen mit meiner Unterschrift zu. Ferner erkläre ich hiermit, dass mein Gesundheitszustand eine uneingeschränkte Teilnahme an der Yogalehrer-Ausbildung zulässt.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum Unterschrift Teilnehmer

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum Unterschrift Ausbildungsleitung

**Voraussetzungen:**

- > gute physische und psychische Gesundheit
- > Liebe und Leidenschaft für Yoga
- > Gibt es sonst etwas, das du uns mitteilen möchtest?

**Bitte sende das Anmeldeformular an [info@anse-yoga.de](mailto:info@anse-yoga.de)**

Annemarie Senger  
Gebhardweg 3  
81247 München

Mobil:0171-9342383  
E-Mail: [info@anse-yoga.de](mailto:info@anse-yoga.de)  
[www.anse-yoga.de](http://www.anse-yoga.de)



Teilnahmebedingungen

Mitglied im **BDYoga**

## **Allgemeines/Widerruf**

Nach Bezahlen der Anmeldegebühr und Bestätigung durch das Ausbildungsinstitut ist die Anmeldung rechtsgültig. Ein Rücktritt ist bis 14 Tage nach Anmeldung möglich. Die Anmeldegebühr wird nicht erstattet und gilt als Ersatz für geleistete Auslagen.

In den Ausbildungskosten enthalten ist ein umfangreiches Handbuch und Skript. Kosten für Fachbücher sind nicht enthalten.

## **Terminabsage/ Terminänderung**

Die Termine für die Ausbildungswochenenden können von ANSE Yoga verschoben werden (nur wenn es nicht anders möglich ist, bzw. die Rechtslage es erfordert).

## **Stornierung**

Zieht ein Teilnehmer die Anmeldung bis zum 31. Juli 2025 zurück sind 50 % der Ausbildungskosten geschuldet. Ab dem 1. August 2025 ist die volle Ausbildungsgebühr zu entrichten.

Beendet ein Teilnehmer vorzeitig die Ausbildung ist die volle Höhe der Ausbildungsgebühr unverzüglich zu entrichten.

## **Seminarversicherung**

Bitte schliesse eine Seminarversicherung auf Wunsch separat bei einem Anbieter Deiner Wahl ab:

Beispiele:

[www.ergo-reiseversicherung.de](http://www.ergo-reiseversicherung.de)

[www.hanse-merkur.de/event-versicherung](http://www.hanse-merkur.de/event-versicherung)

## **Vertragsinhalte**

Der Teilnehmer verpflichtet sich pünktlich zu den einzelnen Modulen zu erscheinen.

Versäumt ein Teilnehmer den Unterricht, verpflichtet er sich, den gesamten Unterrichtsstoff selbstständig nachzuarbeiten. Eine finanzielle Rückerstattung ist nicht möglich. Es werden für versäumte Module/Zeiten durch den Teilnehmer keine Ersatztermine gestellt, und sind nur in Absprache und aus Kulanz in Ausnahmefällen möglich.

## **Voraussetzungen für das Zertifikat sind.**

- \* Teilnahme an allen Ausbildungsstunden
- \* regelmässige Teilnahme an einem Yogaunterricht
- \* Teilnahme an den Lehrproben
- \* Bearbeitung der Hausaufgaben
- \* Referat und schriftliche Ausarbeitung, Abgabe spätestens eine Woche vor dem Referatstermin
- \* Bestehen des Exams
- \* bestehen der praktischen Prüfung am Abschlusswochenende

Anse Yoga verpflichtet sich die Ausbildung in vollem Umfang durchzuführen. Müssen aus zwingenden Gründen Module entfallen, werden diese in Ersatzterminen nachgeholt.

## **Sonstiges**

### Sonstiges:

Der Teilnehmer verpflichtet sich gesundheitliche Beschwerden oder die Veränderung des Gesundheitszustandes während der Ausbildung, körperlicher oder geistiger Art, umgehend der Ausbildungsleitung mitzuteilen (bspw. Schwangerschaft, Bluthochdruck, Depression etc.).