

Vinyasa Flow Yoga Trainer:in - Wo Bewegung zur Meditation wird

Link: <https://www.akshara.at/vinyasa-flow-yoga-trainer/>

50 Stunden (50h)

Preis: € 1.250

Kursleitung: Nancy Krüger

Kursort: Yogazentrum Mödling

Kursnummer: Vinyasa25

ECTS Punkte: 2

Start der nächsten Ausbildung: 3. Oktober 2025

Tauche ein in die Magie von Vinyasa Flow Yoga – kraftvoll, kreativ, lebendig.

Werde zur Gestalter:in einzigartiger Yoga-Sequenzen, in denen sich Yoga-Haltungen mit bewusster Atmung auf fließende Weise verbinden. Vinyasa Flow Yoga ist eine kunstvolle, physisch poetische Form der Yogastunden Gestaltung. Lerne Yoga Asanas auf ästhetische Weise intelligent miteinander zu verbinden und zu lehren.

Nicht nur Asanas, sondern auch Übergänge, Atem, Energie – das, was in und auch speziell zwischen den Haltungen liegt, bekommt besondere Aufmerksamkeit in diesem Yoga-Stil. In dieser 50h Yoga Ausbildung lernst du eigene Yoga Flows für diverse Level zu kreieren und deiner Atmung auf einer tiefen Ebene neu zu begegnen. Du wirst erleben wie Musik, Raum, Rhythmus und Intention zu einer berührenden Einheit miteinander verschmelzen.

1. Detail

- Zielgruppe:

Diese Ausbildung ist für alle, mit gestalterischen und schöpferischen Ambitionen innerhalb ihrer Yoga-Unterrichtstätigkeit. Zur Teilnahme solltest du bereits eine Yoga-Grundausbildung absolviert haben und über ein solides Wissen der Asanas verfügen. Es gibt keine physischen Voraussetzungen.

- Die Inhalte der Ausbildung im Detail:

- Die Synchronisation von Atem und Bewegung
- Sequencing Guidelines für Vinyasa Flow Yoga
- Transitions: Kreative Wege Yoga Asanas miteinander zu verbinden
- Sonnengruß Vinyasa Verfeinerung
- Beispielsequenzen mit Schwerpunkt Chakren/Elemente
- Gestalten und unterrichten eigener Flows zur Entfaltung deiner Kreativität

2. Termine

- Teil 1: im Yogazentrum Mödling (inkl. online Aufzeichnung)

Freitag 17:00 – 20:00, Samstag 9.00 – 17.00 Uhr, Sonntag 9:00 – 16:00 Uhr

- 3.-5. Oktober 2025
- 21.-23. November 2025

- Teil 2: online

- 10 Stunden Vinyasa Flow Yoga Videos, um dich vorab und während der Ausbildung mit dem Vinyasa-Flow Yoga-Stil vertraut zu machen
- Hausaufgabe im Umfang von ca. 4h zwischen den Modulen

3. Preis

Kosten der 50h Vinyasa Flow Yoga Ausbildung

Preis € 1.250,-

Förderung durch [WAFF](#) oder [AMS](#) ist möglich

4. Ausbildungs-Leitung

- Nancy Krüger

Nancy liebt Pünktchen, Zitronen, Tanzen und das Leben. Ihre Leidenschaft für dynamische und kreative Yoga-Stunden wird ergänzt durch ihr medizinisches Wissen sowie ihrer Expertise der Yoga-Philosophie. Sie unterrichtet Yoga seit 2009. Die Expertin für Vinyasa Flow Yoga hat u.A. bei Shiva Rea, einer der Begründerinnen dieses Stils, gelernt. Die Berlinerin gibt ihr Wissen, dass auf

mehr als 2000h Ausbildungsstunden basiert, seit 2016 in ihrer happydots Vinyasa-Flow Yoga Ausbildungsschule in Wien weiter. Tänzerische, fließende und klangvolle Elemente sind zentrale Bestandteile ihrer Yoga-Einheiten.

5. Zertifikate

Mit welchem Zertifikat schließt du diese Ausbildung ab?

Du schließt diese Ausbildung als **zertifizierte:r Meditations-Trainer:in** ab, indem du die Lehrprobe einreichst und die Prüfungsgebühr entrichtest und erhältst dafür das YACEP-Zertifikat für Weiterbildungen der **Yoga Alliance**. **Damit bist du befähigt, Meditation und Achtsamkeitstechniken im Einzel- und Gruppensetting zu unterrichten.**

Neben den international anerkannten Standards der Yoga Alliance, ist unser Ausbildungsinstitut nach den Normen des österreichischen Bildungs-Standards **Ö-CERT** zertifiziert.

- Yoga Alliance – weltweiter Yoga Verband

Die **Yoga Alliance** ist der weltweit größte Yoga-Verband mit Sitz in den USA und steht für hohe Qualitätsstandards in Yoga-Training und -Ausbildung.

Die Yoga Alliance prüft und zertifiziert weltweit Ausbildungsinstitute nach internationalen Ausbildungsstandards. Diese Standards schreiben die Mindeststundenanzahl für die verschiedenen Fächer der Yogaausbildung vor (zum Beispiel Yoga Philosophie, Anatomie, Unterrichtsgestaltung, Übungspraxis etc.), aber auch die Qualifikation der Ausbildungsleiter:innen.

Mehr dazu und zu deinen Vorteilen als Mitglied der Yoga Alliance findest du auf **www.yogaalliance.org**.

- Ö-CERT -Qualitätsrahmen für die Erwachsenenbildung in Österreich

Ö-CERT ist eine Kooperation des Bundesministeriums für Bildung, Wissenschaft und Forschung und der Länder und bietet einen Qualitätsrahmen für die Erwachsenenbildung in Österreich. Bildungsinteressierte haben gleiche Möglichkeiten beim Zugang zur Förderung ihrer Weiterbildung – auch wenn diese nicht im eigenen Bundesland stattfindet.

Mehr dazu findest du auf der **Ö-CERT-Website**.

6. Förderungen

- Wird diese Yoga Ausbildung gefördert?

Unser Ausbildungs-Institut wurde **vom ÖCERT und dem Bundesministerium für Bildung als „förderungswürdig“ anerkannt**. Somit kann bei allen öffentlichen Stellen um eine Unterstützung angefragt werden.

Die Förderwürdigkeit der einzelnen Teilnehmer:innen wird von der Förderstelle entschieden, wir helfen dir aber gerne, falls deine Förderstelle (WAFF, AMS, Förderstellen der Landesregierungen usw.) konkrete Unterlagen braucht.

7. Anmeldung

Anmelden ist ganz einfach:

- Gleich hier online anmelden (link: <https://www.akshara.at/vinyasa-flow-yoga-trainer/#90>)
- Lade hier das Printformular (link: https://www.akshara.at/wp-content/uploads/2023/06/Anmeldeformular_Ausbildungen.pdf) herunter und schick es uns an rezeption@akshara.at

- Wie geht es weiter?

Sobald wir deine Anmeldung erhalten haben, melden wir uns bei dir mit der Bestätigung und ersten Details zur Ausbildung.

- Du willst mit uns persönlich sprechen?

Du hast noch ein paar Fragen, brauchst noch mehr Infos? Dann schreib uns gerne an rezeption@akshara.at. oder ruf uns an unter [+43 664 197 59 46](tel:+436641975946).