

LALLA VILAS

Update  
10/2019

# Ausbildungs- kalender 2019/2020

PARApara  
yogaAkademie

# 200h YOGALEHRER/INNEN BASISAUSBILDUNG

Die parApara 200h Yogalehrer/innen Basisausbildung (Teacher Training) gliedert sich in zwei Teile. Die Ausbildungen werden, wenn nicht gesondert erwähnt, von Lalla und/oder Vilas unterrichtet.

## Teil 1. Immersion/Vertiefungsworkshop (100h)

Bestandteil der 200h Basisausbildung und offener Workshop für alle, die ihre persönliche Yogapraxis und ihr yogisches Wissen vertiefen möchten.

### IMMERSION

#### Potsdam (Sommerakademie)

1a/b und 2a	07.07. – 12.07.2020
2b und 3a/b	11.08. – 16.08.2020

#### Backnang

1a	15.11. – 17.11.2019
1b	22.11. – 24.11.2019

#### Regensburg

1a	10.01. – 12.01.2020
1b	25.01. – 26.01.2020
	↳ plus vertiefendes Webinar

2a	14.02. – 16.02.2020
2b	29.02. – 01.03.2020
	↳ plus vertiefendes Webinar

3a/b in Potsdam	01.04. – 05.04.2020
-----------------	---------------------

#### Hamburg

1a	31.01. – 02.02.2020
1b	08.02. – 09.02.2020
	↳ plus vertiefendes Webinar

2a	28.02. – 01.03.2020
2b	07.03. – 08.03.2020
	↳ plus vertiefendes Webinar

3a/b in Potsdam	01.04. – 05.04.2020
-----------------	---------------------

#### Köln/Leverkusen

1a Leverkusen	04.09. – 06.09.2020
1b Köln	11.09. – 13.09.2020
2a Leverkusen	25.09. – 27.09.2020
2b Köln	02.10. – 04.10.2020
3a/b Leverkusen	21.10. – 25.10.2020

## Teil 2: Die Lehrerausbildung: Teacher Training (100h)

(Im Anschluss an eine Immersion) Dieser Teil fokussiert exklusiv auf die Kunst des Unterrichtsens.

### TEACHER TRAINING (100h)

#### Potsdam/Bensheim

Teil 1 Potsdam	22.10. – 27.10.2019
Teil 2 Bensheim	26.11. – 01.12.2019

#### Potsdam

Teil 1 Potsdam	05.05. – 10.05.2020
Teil 2 Potsdam	23.06. – 28.06.2020

#### Köln/Potsdam

Teil 1 Köln	24.11. – 29.11.2020
Teil 2 Potsdam	14.01. – 19.01.2021

### VORBEREITENDE WORKSHOPS

#### Inside Asana

Steyr	06.09 – 08.09.2019
-------	--------------------

#### Solid Ground

Backnang	18.10. – 20.10.2019
Regensburg	01.11. – 03.11.2019
Hamburg	22.11. – 24.11.2019
Köln	19.06. – 21.06.2020

# +300h YOGALEHRER/INNEN VERTIEFUNGS-AUSBILDUNG

Die **+300h Yogalehrer/innen Vertiefungsausbildung (Advanced Teacher Training)** ist für alle Yogalehrer/innen geeignet, die einen bedeutenden Schritt über die Basisausbildung hinaus gehen wollen und bereit sind, intensiv an ihren Unterrichtsfähigkeiten zu arbeiten. Wenn nicht gesondert vermerkt, finden alle Veranstaltungen in den Räumen der **parApara yogaAkademie in Potsdam** statt. Die Ausbildungen werden, wenn nicht gesondert erwähnt, von Lalla und/oder Vilas unterrichtet.

## +300h YOGALEHRER/INNEN VERTIEFUNGS-AUSBILDUNG

### **Modul 1**

16.01. – 21.1.2020

### **Follow Up 1**

27.03. – 29.03.2020

### **Modul 2**

28.04. – 03.05.2020

### **Follow Up 2**

29.05. – 31.05.2020

### **Modul 3**

10.10. – 15.10.2019

12.11. – 17.11.2020

### **Follow Up 3**

06.12. – 08.12.2019

11.12. – 13.12.2020

### **Wahlmodul Pranayama**

25.01. – 30.01.2020 in Hamburg

06.06. – 11.06.2020

### **Wahlmodul Asana, Sequenzen, Herzthemen**

12.06. – 17.06.2020

### **Wahlmodul Yoga als Therapie**

28.08. – 02.09.2020

Der Einstieg in die Vertiefungsausbildung ist mit jedem Modul möglich.

Die Reihenfolge der Module kann beliebig gewählt werden.

# WICHTIGE ERGÄNZENDE VERTIEFUNGSMODULE

Diese Module runden die Ausbildung in sinnvoller Weise ab und machen die hohe Kunst des Unterrichts bei allen Schülern wirksam. Sie ergänzen die +300h Yogalehrer Vertiefungsbildung, indem noch einmal wichtige gewünschte Themen und Qualitäten des hochwertigen Unterrichts gezielt aufgegriffen werden. Sie richten sich in erster Linie an die Absolvent/innen der +300h Yogalehrer Vertiefungsbildung, sind jedoch auch offen für alle anderen, interessierten Yogalehrer/innen. Die Module werden, wenn nicht gesondert erwähnt, von Lalla und/oder Vilas unterrichtet.

## **Lebendige Anatomie mit Ralf (24h)**

11.01. – 12.01.2020, Teil 1, Potsdam  
07.03. – 08.03.2020, Teil 2, Potsdam

## **Erkennen und Unterstützen: Hands-On (je 12h)**

08.02. – 09.02.2020, Leverkusen  
05.12. – 06.12.2020, Potsdam

## **Yoga und Ernährung im Alter (12h)**

21.03. – 22.03.2020, Potsdam

## **Asana im Licht der universellen Prinzipien der Ausrichtung (24h)**

30.05. – 06.06.2020, im Rahmen des Kreta Frühjahrsretreats

## **Krama – Das Entwickeln kunstvoller Sequenzen (12h)**

19.09. – 20.09.2020, Stuttgart

## **Mit dem Herzen Praktizieren und Unterrichten (12h)**

10.10. – 17.10.2020, im Rahmen des Kreta Herbstretreats

## **Pranayama (je 12h)**

25.01. – 26.01.2020, Hamburg  
06.06. – 07.06.2020, Potsdam  
22. – 23.08.2020, Potsdam

## **Voicing und Pacing - Schlüsselemente des guten Unterrichts (12h)**

18. – 19.04.2020, Stuttgart



Das neue Grundlagenwerk des YOGA  
**YOGA – Inspiration und Orientierung**

\*\*\* Der Bestseller von Lalla und Vilas \*\*\*  
2. Auflage, jetzt bei **Amazon** bestellen

# HORMONYOGA LEHRER/INNEN AUSBILDUNG

Die **Hormonyoga Lehrer/innen Ausbildung** mit Lalla ist für alle Yogalehrer/innen, die diese Yoga-Therapieform gegen hormonelle Unausgeglichenheit und die daraus entstehenden Symptome lernen und weitergeben möchten.

## HORMONYOGA WORKSHOP

Salzburg	04.10. – 06.10.2019
Potsdam	21.02. – 23.02.2020
Hamburg	19.06. – 21.06.2020
Potsdam	02.10. – 04.10.2020

## HORMONYOGA LEHRER/INNEN AUSBILDUNG

Salzburg	03.10. – 08.10.2019
Potsdam	20.02. – 25.02.2020
Potsdam	01.10. – 06.10.2020

## AUSBILDUNG ZUM HORMONYOGALEHRER FÜR MÄNNER

Potsdam	14.05. – 19.05.2020
---------	---------------------

# PRANAYAMA LEHRER/INNEN AUSBILDUNG

Yoginis und Yogis, die an der von Vilas angeleiteten Ausbildung teilnehmen, lernen, wie sie **Pranayama Einheiten, Pranayama Klassen, Pranayama-Workshops und -Retreats** anleiten und durchführen. Einführung in die Grundlagen der atembewussten Meditationspraxis. Wenn nicht gesondert vermerkt finden alle Veranstaltungen in den Räumen der **parApara yogaAkademie in Potsdam** statt.

## 200h PRANAYAMA YOGALEHRER/INNEN AUSBILDUNG

Modul 3/4	28.08. – 02.09.2019
Modul 4/4	14.11. – 19.11.2019
Modul 1/4	25.01. – 30.01.2020 in Hamburg
Modul 2/4	06.06. – 11.06.2020
Modul 3/4	22.08. – 27.08.2020
Modul 4/4	31.10. – 05.11.2020

## Grundlagenworkshop Pranayama

La Gomera	15.02. – 22.02.2020
Dornbirn	20.03. – 22.03.2020
Steyr	24.04. – 26.04.2020



Das neue Grundlagenwerk des YOGA  
**YOGA – Inspiration und Orientierung**

\*\*\* Der Bestseller von Lalla und Vilas \*\*\*  
2. Auflage, jetzt bei **Amazon** bestellen



© Fotos: Hans Hofmann

### parApara yogaAkademie

Telefon: +49 (0) 33 20 822 53 61  
 Telefon mobil: +49 175 752 85 13  
 Fax: +49 30 99 29 69 77 62  
 Email: [info@para-apara.de](mailto:info@para-apara.de)

Buchung unter:  
[www.parapara-yogaakademie.de](http://www.parapara-yogaakademie.de)

### GENERELLES ZU DEN AUS-, WEITER- UND FORTBILDUNGEN DER PARAPARA YOGAAKADEMIE

Die parApara Yoga Akademie ist ein von der Yoga Alliance und der Anusara School of Hatha Yoga (ASHY) anerkanntes Ausbildungsinstitut. Mehr Details zu den Ausbildungsinhalten, Ausbildungszeiten, den Dozenten und den Karmaplätzen unter [www.parapara-yogaakademie.de](http://www.parapara-yogaakademie.de)

Stand August 2019. Änderungen vorbehalten.

Übungsräume der parApara yogaAkademie  
 Tschudistrasse 7  
 14476 Potsdam

