



# ABSCHLUSSZERTIFIKAT

Frau Anna Herkt, geboren am 07.05.1994,

hat vom 20.07.2018 bis 24.11.2019 an dem Fernlehrgang



## Yogalehrerin

- zugelassen von der Staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht (Nr: 7302516) -

mit Erfolg teilgenommen und die schriftlichen und mündlichen Arbeiten zu allen Fachgebieten eingereicht.

Lehrgangsinhalte:

Ca. 560 Stunden durchschnittliche Bearbeitungszeit

Lehrgangsinhalte: Berufskunde: Anforderungsprofil, Einsatzbereiche, Arbeitsbedingungen, berufliche Perspektiven; Geschichtliche und philosophische Hintergründe des Yoga; Yoga-Praxis: Anleitung von Körper- und Atemübungen sowie Meditationsübungen; Übungen zur Förderung der Selbstwahrnehmung und Selbstreflexion; Körperkunde: Anatomie und Physiologie des Bewegungsapparats, des Herz-Kreislaufsystems, der Atmungsorgane, des Gehirns, des Nervensystems, der Sinnesorgane und der Haut; Konzeption und Planung von Kursangeboten für Gruppen und Einzelpersonen im Privat- und Firmenkontext; Marketing und Akquise

Präsenzseminare (40 Unterrichtseinheiten à 45 Minuten): Praktisches Anleiten von Körper- und Atemübungen sowie Meditationsübungen in Kleingruppen unter Supervision eines erfahrenen Yoga-Lehrers

Die Gesamtleistung wurde mit der Note 1,5 (gut) bewertet.

Hamburg, den 27.11.2019

Pädagogischer Leiter

Dipl.-Volksw. Jens Greefe

Lehrgangsleiter/in

Dr. (ANU) Kirsten Huter