

Herzlich willkommen beim

Spirit-Yoga Grundkurs.

Schön, dass du da bist!

Du hast dich entschlossen, 30 Yogastunden, 30 YogaPlus-Treffen und 20 externe Yogastunden zu besuchen. Der Grundkurs umfasst insgesamt 120 Übungseinheiten

Dieses Logbuch ermöglicht es dir, Verantwortung für die Schritte zu übernehmen und zeitlich sehr flexibel voranzuschreiten. Bitte bringe es immer mit, damit wir jede Unterrichtsstunde gemeinsam notieren können. Abschließend erhältst du eine Urkunde.

Wir wünschen dir viel Freude und eine lehrreiche Zeit!



www.theyogabridge-paderborn.de

Grundkurs

Aufbaukurs | Yogalehrer*in

Kurse & Ausbildungen
Fortbildungen & Workshops
Events, YogaWissen

Lars Baumann

Lars.Baumann75@gmail.com

Logbuch

Für

Vor- und Nachname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Geburtsdatum

Telefonnummer/n

Checklisten

- 1 Angeleitete Spirit-Yogastunden 2
- 2 YogaPlus (30) 3
- 3 Externe Yogastunden 4

1 Angeleitete Spirit-Yogastunden

Um den Grundkurs erfolgreich abschließen zu können, benötigst du 30 angeleitete Yogastunden, die du auf dieser Seite mit Datum einträgst und von deiner Yogalehrerin / deinem Yogalehrer unterschreiben lässt.

	Datum	Unterschrift Yogalehrer/in
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

	Datum	Unterschrift Yogalehrer/in
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		
23.		
24.		
25.		
26.		
27.		
28.		
29.		
30.		

2 YogaPlus (30)

Unsere 30-minütigen YogaPlus-Treffen ermöglichen es Dir, Wissen über Körper, Geist und Seele zu vertiefen und über die Asanas hinausgehende Übungen zu vertiefen.

	Datum	Was?	Unterschrift Lehrer/in
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			
26.			
27.			
28.			
29.			
30.			

3 Externe Yogastunden

Schon im Grundkurs möchten wir Dich einladen andere Yogalehrer/innen kennen zu lernen, damit Deine Sicht auf Yoga möglichst weit wird. Jede eingetragene Stunde sollte die übliche Dauer von 90 Minuten haben.

	Datum	Wo?	Unterschrift Yogalehrer/in
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			