

# Ausbildungsvereinbarung YA200 Schweiz und Online

zwischen  
**BodyMindSpirit**  
und

---

## 1. Ausbildungsziel

Das 200+ Stunden umfassende Yoga Sadhana erfüllt die Richtlinien der YogaAlliance®. Schritt für Schritt bieten dir die einzelnen Module der Yoga-Ausbildung die Möglichkeit, mit zeitgemässen Konzepten und einem strukturierten Aufbau immer tiefer in die Welt des Yoga einzutau-chen. Die Schwerpunkte werden hier auf der körperlichen, geistig-emotionalen, energetischen, spirituellen sowie philosophischen Ebene gesetzt. Es gibt den Kursteilnehmenden die Möglich-keit, praktische und theoretische Kenntnisse zu erwerben, um nach erfolgreichem Abschluss und bei persönlicher Eignung als Yoga-Lehrer/in tätig zu werden.

## 2. Schwerpunkte der Ausbildung

Systematische Einführung in die Geschichte des Yoga sowie der Kerngedanken der verschiede-nen yogischen Strömungen.

Unser Aufbau geht - wie in den Quellentexten des Yoga empfohlen - vom Groben zum Feinen, von der Körperarbeit (āsana) über die Erfahrung mit dem Atem (prāṇāyama) in die Meditation (dhāraṇā und dhyāna).

Hatha Yoga, Vinyasa Yoga sowie Unterrichtsgestaltung im Fluss der Jahreszeiten

Studium der daoistischen und tantrischen Sichtweisen sowie der Quellentexte des Yoga und ihre Integration in den Unterricht

Yoga "off the mat" - Übertragung der Yoga-Weisheit in den Alltag

### 3. Gewichtung der Inhalte

**50% Hatha Yoga** = u.a. günstige Ausrichtung in den āsana unter dem Gesichtspunkt der funktionellen Anatomie, Theorie und Praxis von prāṇāyama, bandha, mudrā, kriyā, vinyāsa krama, Chanting, Meditation, Einsatz von Gurten und Blöcken, Erarbeiten einer persönlichen Übungspraxis, kennen lernen und praktizieren verschiedener Yoga-Stile.

**15% Unterrichtsmethodik** = u.a. Didaktik, Andragogik, Methodik, Kommunikation, hands-on assists, Grundlagen der Unterrichtsgestaltung

**15% Philosophie/Ethik/Lifestyle** = Yogaphilosophie, Studium der Quellentexte (Yogasūtra und Haṭha Yoga Pradīpikā), Tantrismus, Daoismus, Grundbegriffe des Sanskrit, Vernetzung von Yoga und Alltag, Ethik, Existenzgründung

**10% Anatomie und Physiologie** = funktionelle sowie feinstoffliche Anatomie und Physiologie, Energiekonzepte des Hatha Yoga (nāḍī, cakra, kuṇḍalinī, vāyu, kośa)

**10% Praktikum** = selbstständiges Unterrichten

### 4. Ausbildungsverlauf

Die Ausbildung beginnt mit dem Modul ChiYoga Basic und umfasst 28 Ausbildungstage mit ca. 200 Kontaktstunden, d.h. aktive Präsenzzeit am Unterricht – mit (und zum Teil auch ohne) Dozentinnen von BodyMindSpirit. Gewisse Module können auch Online via Zoom stattfinden.

### 5. Abschluss

Den Abschluss der Ausbildung bildet eine praktische Lehrprobe während der Intensivwoche sowie eine kleine Hausarbeit, die nachgereicht wird.

Nach Absolvierung sämtlicher Module sowie erfolgreich bestandener Abschlussprüfung erhältst du ein Diplom von BodyMindSpirit und hast die Möglichkeit, dich bei der YogaAlliance registrieren zu lassen. Du erlangst dadurch die Zertifizierung «Registered Yoga Teacher (RYT 200)» und somit eine internationale Anerkennung. Infos zur gebührenpflichtigen Anerkennung und der YogaAlliance findest du unter: [www.yogaalliance.org](http://www.yogaalliance.org).

### 6. Ausbildungsdaten 2024 in der Schweiz und Online

ChiYoga Basic	(4 Tage)	01.-04.02.2024	Online mit Selfstudy
ChiYoga Level 1	(3 Tage)	15.-17.03.2024	Online mit Selfstudy
ChiYoga Level 2	(4 Tage)	23.-26.05.2024	Zürich
ChiYoga Level 3	(3 Tage)	30.08.-01.09.24	Zürich
ChiYoga Level 4	(4 Tage)	10.-13.10.2024	Zürich
ChiYoga Level 5	(3 Tage)	29.11.-01.12.24	Zürich
Intensiv-Woche	(7 Tage)	2025	Morschach

*Änderungen vorbehalten! Es gelten die Termine, die auf der Homepage publiziert sind.*

## 7. Ausbildungsort

Die Ausbildungsmodule finden in Zürich statt. Einzelne Module werden Online via Zoom durchgeführt werden. Die Intensivwoche findet in Morschach statt. Genaue Informationen über das genaue Datum sowie die Intensivwoche folgen einmal Ende 2023 bzw. dann 2 Monate vor der Intensivwoche.

## 8. Ausbildungsgebühren und Zahlungsmodus

Die Ausbildungskosten für die 28 Tage inkl. Prüfungsgebühr betragen CHF 4500.00. Bei der Anmeldung ist der Betrag von CHF 500.00 fällig, um den Platz zu reservieren. Der restliche Betrag ist bis spätestens 02.01.2024 fällig.

Die Module können auch einzeln gebucht werden, ohne einen Ausbildungsvertrag abzuschliessen. Die Kosten dafür sind auf [www.body-mind-spirit.ch](http://www.body-mind-spirit.ch) ersichtlich. Die Zahlung erfolgt jeweils bei Anmeldung für jedes einzelne Modul innert 30 Tagen. Die Ausbildungskosten fallen so etwas höher aus, dafür kann in 7 Raten bezahlt werden.

Im Preis enthalten sind die Kosten für den Ausbildungsunterricht laut Lehrplan, die dazugehörigen Unterlagen sowie die Abschlussprüfung. Die Bücher aus der Literaturliste sowie Anreise und Unterkunft sind nicht im Preis enthalten.

Die Übernachtung während der Intensivwoche ist für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer obligatorisch. BodyMindSpirit bucht ein entsprechendes Hotel, in dem alle übernachten. Für die Unterkunft im Hotel ca. CHF 1000.- einplanen für 6 Nächte im Einzelzimmer und Vollpension.

Die Zahlungen sind auf eines der folgenden Konten zu richten:

(CH) Crédit Suisse, Zürich Uetlihof, Kto. 0845-727787-90-3, IBAN CH93 0483 5072 7787 9000 3

(D) Sparkasse Hochrhein, Kto. 770 733 28, IBAN DE67 6845 2290 0077 0733 28

(A) Sparkasse Österreich, Kto 12102051386 – BLZ 20320, IBAN AT30 2032 0121 0205 1386

## 9. Ausbildungsverpflichtung

Der/die Teilnehmende verpflichtet sich, die Unterrichtseinheiten regelmässig zu besuchen – nur so kann eine Kontinuität der Ausbildung gewährleistet werden. Für den Abschluss der Ausbildungen sind alle Termine Pflicht. Können einzelne Module/Tage infolge nachweislicher Krankheit, Schwangerschaft, Verletzung oder anderen dringlichen Gründen nicht besucht werden, kann an der Ausbildung weiterhin teilgenommen werden. Ein Abschlussdiplom wird jedoch nicht ausgestellt. Die fehlenden Tage können im Rahmen einer nachfolgenden Ausbildung aufgearbeitet oder es kann nach Absprache ein Personal-Training mit der Dozentin organisiert werden. Die zusätzlichen Kosten sind jeweils zu bestimmen.

Yoga transformiert. Yoga ist ein Erfahrungsweg. Die Bereitschaft, sich auf diesen Transformationsprozess einzulassen und sich von den Lehren und Weisheiten des Yoga berühren zu lassen, sollte vorhanden sein. Dies ist eine Voraussetzung dafür, dass der Yoga wirken kann und du authentisch unterrichten und andere Menschen begleiten kannst.

Die Organisatorin hält sich vor, in Ausnahmefälle und bei Dringlichkeit (bspw. infolge Krankheit einer Dozentin o.ä.) ein Modul zu verschieben oder den Inhalt des Moduls zu ändern. Die Teilnehmenden werden darüber rechtzeitig in Kenntnis gesetzt.

## **10. Haftung**

Mit der Unterzeichnung des Ausbildungsvertrages erklärt der/die Teilnehmende, hinreichend über die körperlichen Anforderungen am Yoga Teacher-Training informiert worden zu sein und bestätigt, über die erforderliche Gesundheit zu verfügen. Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.

Die Organisatorin übernimmt keinerlei Haftung für jegliche Verletzungen, Verluste oder Schäden des/der Teilnehmenden oder dessen/deren Eigentums, welche möglicherweise durch die Teilnahme am theoretischen sowie am praktischen Teil dieser Ausbildung hervorgerufen werden könnten.

## **11. Vertragskündigung**

Der Teilnehmende verpflichtet sich mit der Anmeldung und dem Unterzeichnen der Ausbildungsvereinbarung für die vollständige Absolvierung der Ausbildung.

Falls die Ausbildung abgebrochen wird, kann keine Rückerstattung geleistet werden und das Vertragsverhältnis bleibt bestehen. Sollte durch nachweisliche Krankheit (Ärztliches Attest), Verletzung oder Schwangerschaft während der Ausbildung eine weitere Teilnahme nicht möglich sein, so können die fehlenden Kurseinheiten in einer YA200-Ausbildung nachgeholt werden, sofern eine angeboten wird.

Bei einem Rücktritt bis 31.10.2023 verfällt lediglich ein Teil der Anzahlung, CHF 200.00. Der Rest wird zurückerstattet.

Bei einem Rücktritt ab 01.11.2023 bis Kursbeginn ist die gesamte Anzahlung für die Ausbildung geschuldet (d.h. CHF 500.00).

## 12. Spezielle Auflagen

Der Gerichtsstand ist Zürich.

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt.

Die Organisatorin hat die Freiheit, das Yoga Teacher-Training mangels Teilnehmer/innen abzusagen oder mit den Angemeldeten nach einer anderen Lösung zu suchen.

Die Vereinbarung wird im Doppel ausgestellt. 1 Exemplar für die Teilnehmerin/den Teilnehmer, 1 Exemplar für BodyMindSpirit. **(Bitte zwei unterzeichnete Exemplar zusammen mit dem Entlastungs- und Verzichtformular an BodyMindSpirit schicken; vielen Dank).**

Mit meiner Unterschrift stimme ich der in der Ausbildungsvereinbarung genannten Punkte sowie den allgemeinen Teilnahmebedingungen von BodyMindSpirit zu.

Ort, Datum \_\_\_\_\_

Ort, Datum \_\_\_\_\_

---

**BodyMindSpirit**  
Lucia Schmidt, Schulleiterin

---

**Unterschrift Teilnehmer/in**

# Entlastungs- und Verzichtsformular YA200

Liebe Teilnehmerin, lieber Teilnehmer

Jegliche Art von Bewegungs-Training bringt ein natürliches Risiko an Verletzungsmöglichkeiten mit sich. Deshalb bitten wir dich, das folgende Entlastungs- und Verzichtsformular durchzulesen und uns ausgefüllt (gut leserlich) und unterschrieben zu retournieren.

**Vorname / Name:** \_\_\_\_\_

**Strasse:** \_\_\_\_\_

**PLZ / Ort:** \_\_\_\_\_

**E-Mail:** \_\_\_\_\_

**Tel.:** \_\_\_\_\_

**Mobil:** \_\_\_\_\_

Ich, \_\_\_\_\_ willige ein, auf eigene Verantwortung an der Ausbildung teilzunehmen. Ich habe keine physischen oder psychischen Einschränkungen oder Prädispositionen zu Krankheiten oder Verletzungen, welche sich durch meine Teilnahme an dieser Ausbildung verschlimmern und meine Teilnahme an der Ausbildung negativ beeinflussen können.

Ich übernehme die volle Verantwortung für jegliche Verletzungen, Verluste oder Schäden an meiner Person oder meines Eigentums, welche möglicherweise durch die Teilnahme am theoretischen sowie am praktischen Teil dieser Yoga-Ausbildung hervorgerufen werden könnten. Ich werde weder Bestrafung, strafrechtliche Verfolgung, noch Schadenersatzforderungen an die Organisatoren, Referenten, den Schulungsraum noch an die involvierten Teilnehmer/innen der Ausbildung stellen.

**Unterschrift:** \_\_\_\_\_

**Datum:** \_\_\_\_\_

## Herzlichen Dank!