



Arhanta Yoga

ASHRAMS

ARHANTA YOGA ® 200-STÜNDIGE HATHA-

ORIENTIERUNG



Arhanta Yoga
ASHRAMS

Willkommen zur 200-stündigen Online-Ausbildung zum Hatha-Yogalehrer	2
Über Arhanta Yoga.....	2
Deine Lehrkräfte	2
Kursstruktur.....	3
Live-Anrufe	4
Kurs Curriculum.....	4
Übersicht über den täglichen Lehrplan und Gesamtstunden	6
Wie hole ich das Beste aus diesem Kurs heraus?	7
Zertifizierung und Stundenpunkte	10
Yoga Alliance RYT200 Anmeldung.....	10
Wichtig - Erstattungen.....	10
Wie kannst du Aufgaben abgeben und mit deinen Lehrern Kontakt aufnehmen?.....	10
Technische Unterstützung & Zertifikat.....	11



WILLKOMMEN BEI DER 200-STÜNDIGEN ONLINE-HATHA-YOGALEHRERAUSBILDUNG

Bitte lies dieses Dokument sorgfältig durch. In diesem Dokument findest du eine ausführliche Erklärung zu den folgenden Themen:

- Wer sind wir?
- Kursstruktur und Live-Anrufe
- Lehrplan
- Wie holst du das Beste aus diesem Kurs heraus?
- Verantwortung und Ethik
- Zertifizierung und Stundengutschriften
- Wie kann ich Aufgaben einreichen und mit Lehrern in Kontakt treten?

Über Arhanta Yoga

Arhanta Yoga Ashrams Arhanta Yoga ® ist ein internationales Yoga-Ausbildungsinstitut mit Yoga-Ashrams in Indien und den Niederlanden. Wir von Arhanta Yoga haben es uns zur Aufgabe gemacht, Menschen dabei zu helfen, selbstbewusste und zertifizierte Yogalehrer/innen zu werden. Unsere Kurse basieren auf über zwei Jahrzehnten Lehrerfahrung. Seit 2009 wurden über 12000 Yogalehrer/innen in den Arhanta Yoga Ashrams zertifiziert.



Deine Lehrerinnen und Lehrer

Ram Jain (ERYT 500, 40.000 Stunden Unterrichtserfahrung)



Ram ist der Hauptlehrer und Leiter unserer Yoga-Ashrams und verfügt über 23 Jahre Lehrerfahrung. Seit 2009 hat er weltweit über 12000 Yogalehrer/innen ausgebildet. Geboren und aufgewachsen in Indien, begann seine Ausbildung in Yoga und vedischer Philosophie bereits im Alter von acht Jahren als Teil seiner Grundschulausbildung. Er verfügt über fundierte Kenntnisse verschiedener alter Schriften wie Veden, Bhagavad Gita, Patanjali Yoga Sutras, Hatha Yoga Pradipika, Anatomie und Physiologie.

Kalyani Hauswirth-Jain (ERYT 200, 10.000 Stunden Unterrichtserfahrung)



Kalyani ist seit 2013 leitende Lehrerin und Creative Director in den Arhanta Yoga Ashrams. Sie ist in der Schweiz geboren und aufgewachsen. Seit ihrer Jugend ist sie fasziniert von Kunst, Körperarbeit und der Verbindung zwischen Körper und Geist. Die Mutter von zwei Kindern unterrichtet seit über 10 Jahren Yoga und bildet seit mehr als acht Jahren in den Arhanta Yoga Ashrams in Indien und den Niederlanden Yogalehrer/innen aus. Sie ist Mitautorin des von der Kritik hochgelobten Buches *Hatha Yoga for Teachers & Practitioners: A Comprehensive Guide to Holistic Sequencing*. Kalyani verfügt über profunde Kenntnisse in Physiologie und Bewegungstechniken.

Omkar Jain (ERYT 200, 7'000 Stunden Unterrichtserfahrung)



Omkar ist in Indien geboren und mit traditionellen Werten aufgewachsen. Er ist ein erfahrener Yogalehrer-Ausbilder mit einer Unterrichtserfahrung von über 11.000 Stunden. Er unterrichtet seit 2011 bei Arhanta Yoga und ist ein unverzichtbares Teammitglied geworden. Sein Unterricht macht Spaß und ist eine Herausforderung für Schüler aller Niveaus. Er unterrichtet mit Fokus, Disziplin und Humor zugleich. Seine Fähigkeit, Wissen umfassend zu vermitteln, hilft den Schülern, zu selbstbewussten Lehrern zu reifen.

Kursstruktur

Der Online-Kurs folgt der gleichen Struktur wie unser Vor-Ort-Kurs in unseren Ashrams. Der Kurs ist in 21 Unterrichtstage unterteilt. Jeder Tag besteht aus:

- Ungefähr 6,5 Stunden Videoinhalte, aufgezeichneter Unterricht mit unseren Lehrern Ram, Kalyani und Omkar
- Etwa 1,5 Stunden Praxis- und Lernzeit, einschließlich
 - Quizze und
 - Praxiseinsätze

Content Drip System

Um sicherzustellen, dass du unserer bewährten und hocheffektiven Lernmethode folgst, gibt es ein Content-Drip-System. Der nächste Tag wird erst freigeschaltet, wenn der Unterricht, die Aufgaben und die Quizze des Vortags abgeschlossen sind.

Um den Kurs in 21 Tagen abzuschließen, musst du täglich mindestens acht Stunden in dieses Studium investieren. Es ist aber auch möglich, sich länger Zeit zu nehmen und die Inhalte eines jeden Tages auf zwei oder mehrere Tage zu verteilen. Du kannst dir so viel Zeit nehmen, wie du brauchst. Bitte beachte, dass du erst dann mit dem Unterricht des nächsten Tages weitermachen kannst, wenn du alle Kurse und Aufgaben für einen Tag abgeschlossen (und als vollständig markiert) hast.

Live-Anrufe

Um deine Lernerfahrung zu unterstützen, bieten wir Live-Anrufe mit einem unserer Lehrer an. Über den unten stehenden Link kannst du die verfügbaren Tage und Zeiten für ein Gespräch mit uns einsehen. Wenn dir keine dieser Zeiten passt, kannst du über die Messenger-Funktion in deinem E-Learning-Dashboard eine Nachricht senden, und unsere Lehrkräfte werden einen Termin für dich frei machen.

Um die verfügbaren Plätze zu sehen und ein 15-minütiges Einzelgespräch mit einem unserer Lehrer zu buchen, klicke bitte auf den Link: <https://calendly.com/teachers-arhanta-yoga/15min>

Kurs Lehrplan

Yoga Asana: Praxis & Unterricht

- 170+ klassische Hatha Yoga Posen
- Wie lehre ich 84 klassische Posen und 21 grundlegende klassische Hatha-Yoga-Posen im Detail?
- Den Sonnengruß verstehen und lehren
- Wie strukturiert man einen Anfängerkurs und offene Yogastunden?
- Yoga-Asana-Variationen für Anfänger und Grundstufen
- Yoga-Asana-Modifikationen für ältere Menschen und Menschen mit eingeschränkten Bewegungen
- Yoga für schwangere Frauen
- Wie und wann kann man Asanas verändern?
- Geführte Tiefenentspannung / Yoga Nidra
- Yoga für Kinder und Stuhl-Yoga

Unterrichtsmethodik und -praxis

- Psychologie eines Lehrers
- Psychologie eines Schülers
- Wie schaffe ich ein gutes Klassenklima?
- Kunst des Unterrichts (Tonfall und Modulation der Stimme)
- Die Kunst der Anpassung
- Korrektur- und Beratungstechniken
- Motivationstechniken
- Kommunikationstechniken
- Strukturierung und Planung von Unterricht und Workshops
- Ethische Richtlinien für einen Yogalehrer

Yoga Philosophie

- Ziel und Bedeutung von Yoga
- Die Fünf Prinzipien der yogischen Praxis
- Die vier Pfade des Yoga: Karma, Bhakti, Jnana, Raja Yoga
- Die acht Gliedmaßen des Raja Yoga
- Die Sieben Stufen des Bewusstseins
- Die Drei Gunas - Sattva, Rajas, Tamas
- Maya, Prakriti, Brhaman, Avidya, Ahamkara
- Atman, Parmataman, Jiva
- Die Drei Körper: physisch, astral, spirituell
- Vier innere Instrumente: Verstand, Intellekt, Unterbewusstsein, Ego
- Arbeit und Grenzen des Geistes
- Fünf große und fünf kleine Pranas
- Kundalini Yoga und die Erweckung der Kundalini Shakti
- Drei Hauptnadis: Ida, Pingla, Sushumna
- Sieben Chakren
- Karma und Reinkarnation
- Pranayama
- Die Bauchatmung verstehen
- Den vollen yogischen Atem verstehen
- Den Ujjayi-Atem verstehen
- Vorbereitende Pranayamas
- Drei Bandhas: Jalandhara, Moola, Uddiyana
- Tägliche Praxis der acht Pranayamas

Meditation

- Was ist Meditation?
- Meditation versus Konzentration
- Warum meditieren?
- Anleitung zur richtigen Meditation
- Verschiedene Methoden und Schritte für die Meditation

- Tägliche Praxis der Meditation

Yoga Anatomie & Physiologie

- Muskuloskelettales System
- Die Wirbelsäule und ihre häufigsten Erkrankungen
- Physiologie der wichtigsten Muskeln
- Primäre Archetypen der Asanas
- Verstehen der wichtigsten Muskeln wie Psoas, Abduktoren usw.
- Asanas und ihre jeweiligen Zielmuskelgruppen
- Der Unterschied zwischen Yoga und anderen Körperübungen
- Verletzungsprävention und Heilung
- Ausrichtungen, Anpassungen und Modifikationen nach anatomischen Grundsätzen

Yoga als Beruf

- Wie gründest du dein Yogageschäft oder Yogastudio?
- Wie finde ich einen Standort, wie werbe ich und wie erhalte ich Verlängerungen?
- Häufige Rückfälle und Fehler und wie du sie vermeidest
- Praktische Tipps für den reibungslosen Betrieb einer Yogaschule/eines Studios
- Wie finde ich einen Job als Yogalehrer?

Übersicht über den täglichen Lehrplan & Gesamtstunden

Tag 1	Sitzhaltungen & Pranayama	HTT Theorie - Kurs 1 — Teil 1	Philosophie Teil 1	Asana 1
Tag 2	Vorbereitendes Pranayama & Chakra	HTT Theorie - Kurs 1— Teil 2	Philosophie Kurs 2	Asana 2
Tag 3	Vorber. Pranayama & Chakra	HTT Theorie - Kurs 2 — Teil 1	Philosophie Kurs 3	Asana 3
Tag 4	Vorber. Pranayama & Chakra Chanting	HTT Theorie - Kurs 2 – Teil 2	Philosophie Kurs 4	Asana 4
Tag 5	Meditationsformen erklärt	HTT Theorie- Kurs 3	Philosophie Kurs 5	Asana 5
Tag 6	Fortgeschrittenes Pranayama	HTT Theorie-Kurs 3 - Unterrichtspraxis	Philosophie Kurs 6	Asana 6
Tag 7	Vorber. Pranayama & Kayotsarg	HTT Theorie – Kurs 4	Philosophie Kurs 7	Asana 7
Tag 8	Vorber. Pranayama & Kayotsarg	HTT Theorie — Offener Kurs	Philosophie Kurs 8	Asana 8



Tag 9	Vorber. Pranayama & Kayotsarg	HTT Korrekturen — Teil 1	Philosophie Kurs 9	Asana 9
Tag 10	Vorber. Pranayama & Soham	HTT Korrekturen – Kurs 1 – Teil 2	Philosophie Kurs 10	Asana 10
Tag 11	Vorber. Pranayama & Soham	HTT Korrekturen – Kurs 2 – Teil 1	Philosophie Kurs 11	Asana 11
Tag 12	Vorber. Pranayama & Soham	HTT Korrekturen – Kurs 2 – Teil 2	Shat Kriyas	Asana 12
Tag 13	Vorber. Pranayama & Soham	Teaching Methodology Techniques	Philosophie Selbststudium	Asana 13
Tag 14	Vorber. Pranayama & Antar	HTT Pregnancy Yoga	Anatomie Kurs I	Asana 14
Tag 15	Vorber. Pranayama & Antar Morna	HTT Kids Yoga	Anatomie Kurs 2	Asana 15
Tag 16	Vorber. Pranayama & Antar	HTT Yoga auf dem Stuhl	Anatomie Kurs 3	Asana 16
Tag 17	Vorber. Pranayama & Antar	Businessvortrag I — wie Du Dein Yoga Studio eröffnest	Anatomie Kurs	Asana 17
Tag 18	Vorber. Pranayama & Drei-Körper-Meditation	Businessvortrag 2 — Wie Du einen Yogalehrer-Job findest	Anatomie Selbststudium	Asana 18
Tag 19	Vorber. Pranayama & Drei-Körper-Meditation	HTT Asana Variationen Kurs 1	Ayurveda Kurs 1	Asana 19
Tag 20	Vorber. Pranayama & Drei-Körper-Meditation	HTT Asana Variationen Kurs 2	Ayurveda Kurs 2	Asana 20
Tag 21	Vorber. Pranayama & Drei-Körper-Meditation	HTT Asana Variationen Kurs 3	Vision/Ausblick	Asana 21
Gesamt- Stunden- anzahl	<u>22</u>	<u>35</u>	<u>35</u>	<u>40</u>

130+ Stunden Videomaterial

Wie holst du das Beste aus diesem Kurs heraus?

Online-Kurse sind eine sehr bequeme Art, sich weiterzubilden. Ein Online-Kurs erfordert Zeitmanagement, Selbstdisziplin, Willenskraft und eine starke Motivation, denn es kann für dich als Online-Lernende/r eine Herausforderung sein, einen Online-Kurs erfolgreich abzuschließen, gerade weil er so bequem ist.

Um sicherzustellen, dass du das Beste aus diesem Kurs herausholst, empfehlen wir dir:

- ⇒ **Verstehe die Praktiken und Erwartungen beim Online-Lernen.** Das erste, was du verstehen musst, ist, dass Online-Kurse keine einfachere, sondern eher eine bequemere Art des Lernens





sind. Um erfolgreich online zu lernen, musst du einen großen Teil deiner Zeit investieren, regelmäßig am Programm teilnehmen, dich beim Lernen konzentrieren und dich voll und ganz auf deinen Lernprozess einlassen, genau wie bei einem regulären Kurs. Das solltest du tun:

- Engagiere dich voll und ganz und lerne zu festen Zeiten, als ob du eine normale Schule besuchen würdest.
- Erledige deine Lernaufgaben und Aufträge pünktlich.
- Gehe NICHT zum nächsten Kapitel über, bevor du das aktuelle Kapitel abgeschlossen hast.
- Sei selbstdiszipliniert, denn es wird niemand da sein, der dich für dein Lernen und dein Wachstum verantwortlich macht.

Wenn du nicht in der Lage oder bereit bist, all das zu tun, wirst du mit dem Kurs vielleicht nicht zufrieden sein.

- ⇒ **Stelle sicher, dass du einen zuverlässigen Internetzugang und ein geeignetes Gerät hast.**
Technologische Pannen kommen ständig vor. Um digitale Pannen zu vermeiden, solltest du deine Arbeit regelmäßig in einem Cloud-Speicher (z. B. Dropbox oder Google Documents) speichern und sichern, damit du bei Bedarf von deinem Smartphone oder Tablet aus auf deine Arbeit zugreifen kannst. Stelle außerdem sicher, dass du eine Sicherungskopie deiner Online-Kursunterlagen und Aufgaben hast und speichere die Kontaktinformationen deines Lehrers oder Ausbilders in deinem Handy oder deiner E-Mail. Ein zuverlässiger Internetzugang ermöglicht es dir, dich einzuloggen, in deinem Online-Kurs auf dem Laufenden zu bleiben und mit plötzlichen Terminänderungen umzugehen.
- ⇒ **Habe einen eigenen Platz zum Lernen.**
Egal, ob du in deinem Büro oder in deinem Wohnzimmer lernst, Sorge dafür, dass dieser Ort ruhig, organisiert und ablenkungsfrei ist und du ihn jederzeit nutzen kannst. Deine Lernumgebung sollte eines deiner wichtigsten Anliegen sein, wenn du online lernst, also Sorge dafür, dass sie deine Lernroutine ermöglicht. Bitte außerdem deine Freunde, Verwandten und Kollegen, deinen "Arbeitsmodus" zu respektieren und erwäge, dein Handy auszuschalten und dich bei allen sozialen Netzwerken abzumelden, wenn du lernst; du willst weder unterbrochen noch abgelenkt werden. Das ist sehr wichtig für den erfolgreichen Abschluss des Kurses.
- ⇒ **Identifiziere deine Lernziele und Ziele.**
Von Anfang an solltest du dir darüber im Klaren sein, was du mit diesem Online-Kurs erreichen willst. Am besten wäre es, wenn du dich regelmäßig daran erinnerst, was du am Ende des Kurses erreichen willst. Das wird dich motivieren, den Kurs richtig zu beenden, ohne Abstriche zu machen.
- ⇒ **Erstelle einen Lernplan.**
Ein genauer Lernplan ist für erfolgreiches Online-Lernen unerlässlich. Im Folgenden findest du einige Richtlinien für die Erstellung eines guten Lernplans:
 - **Plane im Voraus.**
Plane deinen Lernplan, um festzulegen, wie viele Tage oder Wochen du für den Kurs brauchst. Auf diese Weise setzt du dir selbst eine Frist.
 - **Stelle einen effektiven Lernplan auf.**
Online-Lernen braucht eine gute Struktur, also erstelle einen Lernplan, wie du ihn in der Schule verwenden würdest. Behalte bei der Erstellung des Zeitplans deine Verpflichtungen und Aufgaben im Auge, damit du nicht zu viele Änderungen vornehmen musst. Du kannst deinen Zeitplan in deinem Kalender auf deinem Computer oder





Mobilgerät speichern oder sogar einen Wandplaner erstellen, den du markieren und jedes Mal überprüfen kannst, wenn du lernst.

- **Erstelle To-Do-Listen.**

Erstelle eine To-Do-Liste mit den Aufgaben, die du jeden Tag oder jede Sitzung erledigen musst. Das ist eine gute Methode, um Prioritäten für deinen Lernplan zu setzen und mit deinem Studium auf Kurs zu bleiben.

- **Setze dir Zeitlimits.**

Bevor du mit dem Lernen beginnst, setze dir klare Zeitlimits und verteile deine Lernzeit gleichmäßig. Wir alle haben eine begrenzte Konzentrationsspanne. Lege fest, wie lange du mit guter Konzentration lernen kannst, und versuche, dich an dein Zeitlimit zu halten. Versuche nicht, mehr zu lernen, als du in einer Sitzung verdauen kannst.

- **Halte dich an den Zeitplan.**

Halte dich schließlich an deinen Lernplan. Prokrastination ist das größte Problem von Online-Lernenden, also Sorge dafür, dass du organisiert bleibst und nicht hinter deinen Zeitplan zurückfällst. Erinnere dich regelmäßig an dein Ziel, diesen Kurs zu besuchen.

⇒ **Bitte uns um Hilfe, wenn du sie brauchst.**

Da bei Online-Kursen kein persönlicher Kontakt mit dem Ausbilder möglich ist, zögerst du vielleicht, uns während des Studiums Fragen oder Zweifel zu stellen. Wir empfehlen, eine Beziehung zu deinem Online-Lehrer aufzubauen, indem du ihn regelmäßig kontaktierst und ihn über deine Fortschritte informierst. Indem du uns Fragen stellst, bekommst du nicht nur ein besseres Verständnis für den Inhalt, sondern hilfst uns auch, uns ein Bild von der Gesamteffektivität dieses Online-Kurses zu machen und notwendige Verbesserungen vorzunehmen.

⇒ **Überprüfe, überarbeite und wiederhole mindestens 2 Mal (sehr wichtig).**

Dieser Kurs ist nicht dafür gedacht, nur einmal durchgenommen zu werden. Wir empfehlen dir, das gesamte Kursmaterial mindestens zwei Mal durchzugehen, um es richtig zu verstehen. Die Wiederholung der bereits gelernten Dinge verbessert nicht nur dein Gedächtnis, sondern hilft dir auch, die Kursunterlagen besser zu verstehen. Unsere Schüler/innen finden jedoch oft jedes Mal neue Informationen, wenn sie die Kapitel erneut durcharbeiten. Indem du die Aufgaben wiederholst, wirst du dein Verständnis vertiefen und dein Selbstvertrauen stärken.

Lehraufträge

Die 200-stündige Hatha-Yogalehrerausbildung von Arhanta ist eine Ausbildung zur Zertifizierung von Lehrern. Um das Zertifikat zu erhalten, musst du den Kurs gewissenhaft absolvieren und alle Aufgaben erfüllen. Bitte bedenke, dass du das Zertifikat nicht erhältst, wenn du die Aufgaben nicht erledigen willst. Aber natürlich kannst du alle Kurse besuchen und dich von unseren Lehrern unterstützen lassen.

Wir empfehlen dir dringend, die Aufgaben zu erledigen und dein Zertifikat zu erwerben, das dir in Zukunft sehr nützlich sein kann. Die Aufgaben sind leicht zu bewältigen und sehr lehrreich. Viele Aufgaben sind Lehraufträge und erfordern, dass du mit Schülern und Schülerinnen arbeitest. Bitte beachte, dass du jeden, einen Freund oder ein Familienmitglied (unabhängig von dessen Yoga-Erfahrung) bitten kannst, dein Schüler zu sein.

Verantwortung und Ethik

Als Online-Student hast du bestimmte Pflichten:

- Erstelle einen Lernplan





- Organisiere die Lernmaterialien
- Überspringe kein Kapitel oder keine Lektion und spule nicht vor
- Beende alle Aufgaben aufrichtig
- Logge deine Lernstunden ein
- Befolge den Rat des Lehrers; unterschätze nicht die Erfahrung des Lehrers

Zertifizierung und Stundenpunkte

Wir sind davon überzeugt, dass du nach erfolgreichem Abschluss dieses Kurses ein abgerundetes Wissen und Fähigkeiten über Hatha Yoga und das Unterrichten von Hatha Yoga erworben hast. Deshalb erhältst du nach Abschluss ein Zertifikat über die 200-stündige Online-Hatha-Yogalehrerausbildung von Arhanta Yoga Ashrams. Arhanta Yoga ist ein international anerkanntes Registered Yoga Teacher Training Institute (RYS 500, RYS 300, RYS 200).

Yoga Alliance RYT200 Anmeldung

- ⇒ Gehe zu [https://www.yogaalliance.org/Credentialing/Credentials for Teachers](https://www.yogaalliance.org/Credentialing/Credentials%20for%20Teachers)
- ⇒ Klicke auf die Schaltfläche "Lehrer/in werden" und befolge die Anweisungen.

Wichtig - Erstattungen

Unsere Verpflichtung dir gegenüber ist unsere Null-Risiko-Garantie. Deine Zufriedenheit ist uns wichtig. Wenn du also aus irgendeinem Grund mit unserem Online-Kurs nicht zufrieden bist, kannst du innerhalb von 30 Tagen nach dem Kauf eine vollständige Rückerstattung verlangen. Das bedeutet, dass du innerhalb der ersten 30 Tage bis zu 25 % des Kurses erforschen kannst. Wenn du feststellst, dass der Kurs nicht das Richtige für dich ist, schick uns vor Ablauf des 30. eine Mail. Wenn du eine Rückerstattung wünschst, kontaktiere uns bitte unter info@arhantayoga.org.

Wie kannst du Aufgaben einreichen und mit deinen Lehrern in Kontakt treten?

Abgeben von Aufträgen

Auf deinem E-Learning-Dashboard findest du Videos, PDF-Materialien zum Herunterladen, Quizfragen und Aufgaben. Du musst alle Videos ansehen, die Quizfragen beantworten und die Aufgaben hochladen, um am nächsten Tag am Unterricht teilnehmen zu können. Das Hochladen der Aufgabe ist ganz einfach und die Aufgabe wird in den nächsten Tagen von einem unserer Mitarbeiter genehmigt. Sobald die Aufgabe hochgeladen wurde, kannst du mit dem Kurs fortfahren, auch wenn sie noch nicht genehmigt wurde.

Live-Anrufe

Um deine Lernerfahrung zu unterstützen, bieten wir Live-Anrufe mit einem unserer Lehrer an. Über den untenstehenden Link kannst du die verfügbaren Tage und Zeiten für ein Gespräch mit uns einsehen. Wenn dir keine dieser Zeiten passt, kannst du über die Messenger-Funktion in deinem E-Learning-Dashboard eine Nachricht senden, und unsere Lehrkräfte werden einen Termin für dich frei machen.



Um die verfügbaren Plätze zu sehen und ein 15-minütiges Einzelgespräch mit einem unserer Lehrer zu buchen, klicke bitte auf den Link: <https://calendly.com/teachers-arhanta-yoga/15min>

Verbinde dich mit deinen Lehrern

Regelmäßiger Kontakt mit unserem Lehrerteam wird dir in vielerlei Hinsicht helfen. Bitte zögere nicht, uns bei Zweifeln oder Fragen während des Studiums dieses Kurses zu kontaktieren. Du kannst das Lehrerteam über die Nachrichtenfunktion in deinem E-Learning-Dashboard erreichen.

Mit Kommilitonen in Kontakt treten

Wir möchten dich auch ermutigen, dich mit anderen Online 200 Stunden Yogalehrer/innen über das Diskussionsforum in deinem E-Learning Dashboard auszutauschen.

Technische Unterstützung & Zertifikat

Für technische Unterstützung wende dich bitte nicht an die Lehrkräfte, sondern an unser technisches Supportteam unter support@arhantayoga.org.

Bei Fragen zu deinem Kursabonnement, zur Rechnungsstellung usw. wende dich bitte an unser Verwaltungsteam unter info@arhantayoga.org.

Wir wünschen dir alles Gute für deine Ausbildung. Zögere nicht, uns zu kontaktieren, wenn du Fragen hast!