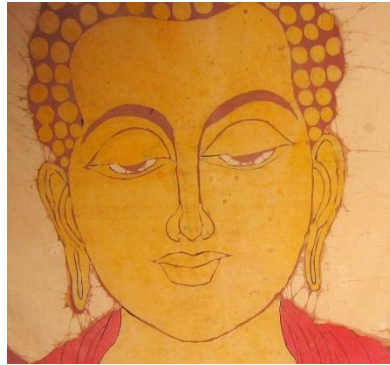




Yoga-Akademie Stuttgart



AUSBILDUNG

zum/zur

YOGALEHRER/IN BASIC BDY

bzw. zum/zur

YOGALEHRER/IN BDY/EYU

an der

YOGA-AKADEMIE

STUTTGART

ab März 2026

in Bad Boll



Grundlage der Yogalehrausbildungen an der „Yoga-Akademie Stuttgart“

Yoga gehört zum Kulturerbe der Menschheit und ist ein alle Bereiche des Lebens umfassender Übungsweg. Die „**Yoga-Akademie Stuttgart**“ (**YAS**) ist entstanden, um diese zeitlose Weisheit für den Menschen von heute lebendig werden zu lassen. Die YAS wurde 1997 von Kerstin und Dr. Christian Fuchs in Stuttgart gegründet. Christian Fuchs ist Sohn von Rudolf Fuchs, der bereits 1965 die „Yoga-Schule Stuttgart“ ins Leben gerufen hat und zu den Pionieren des Yoga in Deutschland gehörte. Mit Yoga aufgewachsen, studierte Christian Fuchs unter anderem Indologie, schrieb seine Doktorarbeit über Yoga und arbeitet seit 1983 als Yogalehrer. Diese ganzheitliche Verbindung aus Wissen und Erfahrung fließt auch in die Arbeit der Yoga-Akademie ein, die ihren Sitz seit 1999 im Kurort Bad Boll am Fuß der Schwäbischen Alb hat.

Die Yoga-Akademie bietet fortlaufende Wochenkurse an und führt regelmäßige Yoga-Seminare im In- und Ausland durch. Arbeitsschwerpunkt der Akademie sind aber vor allem die Yogalehrausbildungen mit Anerkennung durch den **BDYoga** („Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland“). - Der nächste, 16.te Ausbildungsgang beginnt im März 2026.

Das **Übungssystem** der Einrichtung fußt dabei auf der bewährten Yoga-Tradition „Yesudian/Fuchs“. Der Inder Selvarajan Yesudian hatte schon vor 1939 in Budapest - in Zusammenarbeit mit der Ungarin Elisabeth Haich - einen eigenen Haṭha-Yoga-Stil entwickelt, der im deutschsprachigen Raum prägend war. Kennzeichen dieses Stiles sind zum Beispiel der Einsatz der - inzwischen auch von der Wissenschaft (wieder)entdeckten - Imaginationskraft und der positiven Affirmation durch „Bekräftigungsformeln“. Rudolf Fuchs hat diesen Stil konsequent weiterentwickelt und um wichtige Themenbereiche - wie die Arbeit mit den indischen Quellentexten und mit dem Sanskrit - ergänzt und vertieft.

Das Ehepaar Fuchs setzt diese Tradition fort und bereichert sie durch weitere Elemente und Erfahrungen. Für Christian Fuchs, der sich in den letzten Jahrzehnten auch einen Namen als Fachreferent gemacht hat, drückt sich dies besonders im Anliegen aus, einen persönlichen und lebendigen Zugang zur indischen **Yoga-Philosophie** zu schaffen. Er arbeitet mit verschiedenen Techniken (Arbeitsgruppen, Theaterspiel etc.), um die spirituellen Erfahrungen der alten Inder mit der modernen Lebenssituation des westlichen Menschen zu verbinden. Kerstin Fuchs wiederum hat in ihren **Unterricht** viele praktische Elemente aus der tantrischen Yoga-Tradition integriert (wie z.B. Rezitationen, Tanz, sanfte Massagen etc.). Durch ihre mehrjährige Erfahrung als Yogalehrerin und Dozentin liegt ihr außerdem die didaktische Umsetzung des Yoga besonders am Herzen.

Darüber hinaus war und ist die Akademie in ihrer Ausbildungsarbeit offen für andere Yoga-Richtungen. So hat zum Beispiel Dharmavirsingh Mahida, ein früherer Assistent des berühmten Yogalehrers B.K.S. Iyengar, schon mehrmals Seminare an unserer Einrichtung gegeben.

Als weiteres, ergänzendes Thema innerhalb der Ausbildung haben sich in den letzten Jahren die vielfältigen „**therapeutischen Aspekte** des Yoga“ herauskristallisiert. Im Mittelpunkt der Lehrinhalte steht hierbei vor allem der Āyurveda, der von Haus aus eine enge Verbindung mit dem Yoga hat. Dieses Themenfeld macht die Ausbildung der Yoga-Akademie zunehmend auch für Angehörige der Heilberufe interessant.

Die Yoga-Akademie möchte mit ihren Yoga-Ausbildungen zwei Aspekten gerecht werden: dem hohen Anspruch des Yoga, wie er in der indischen Tradition verwurzelt ist, und den Gegebenheiten unserer heutigen Zeit mit ihren vielfältigen und komplexen Herausforderungen. Gerade für diese Herausforderungen ist das Yoga-System ideal.



Profil und Anerkennung der Ausbildung

Die von der Yoga-Akademie durchgeführten Lehrgänge dienen in erster Linie dem persönlichen und spirituellen Wachstum der Teilnehmenden. Hierzu gehören:

- die *Vertiefung der eigenen Yoga-Übungspraxis*;
- die Beschäftigung mit dem individuellen Lebensweg und seinen geistigen Dimensionen - im Sinne einer *begleiteten Selbsterfahrung*;
- die *ganzheitliche Erweiterung von Wissen und Erfahrung* im großen Themenbereich Yoga.

Darüber hinaus sind die Ausbildungen der YAS als vollwertige **Berufsausbildungen** zu betrachten. Die Tätigkeit als Yogalehrerin bzw. Yogalehrer hat inzwischen in der Gesellschaft große Anerkennung erfahren. Viele Menschen wünschen sich, neben ihrem Hauptberuf (mit eventuell reduzierter Stundenzahl) einer weiteren sinnvollen und erfüllenden Beschäftigung nachzugehen. Dafür ist die Weitergabe von Yoga besonders geeignet.

Die von der Yoga-Akademie durchgeführten und vom BDYoga anerkannten Ausbildungen schließen mit den geschützten Titeln „**Yogalehrer/in Basic BDY**“ oder „**Yogalehrer/in BDY/EYU**“ ab.

Die Arbeit und die Abschlüsse des bereits 1967 gegründeten „Berufsverbandes der Yogalehrenden in Deutschland“ (**BDYoga**) sind gesellschaftlich anerkannt: in der Öffentlichkeit, bei Einrichtungen der Erwachsenenbildung und bei Institutionen des Gesundheitswesens. Die vom BDYoga anerkannten Ausbildungen erfüllen zudem die Anforderungen der "Zentralen Prüfstelle Prävention" (**ZPP**) für die mögliche Zertifizierung von Yogakursen. (Bei einer Zertifizierung durch die ZPP ist eine Bezuschussung der Yoga-kurse durch die Gesetzlichen Krankenkassen möglich.)

Der Abschluss eines Lehrgangs ist sowohl mit als auch ohne den BDY-Titel möglich. Teilnehmende, die den BDY-Titel nicht anstreben, verzichten in der Regel auf die Abschlussprüfung. Ihnen kann auf Wunsch ein Zertifikat der Yoga-Akademie über die Lehrgangsteilnahme ausgestellt werden.

Die Ausbildungen der Yoga-Akademie sind qualifiziert. Sie basieren auf den „Rahmenrichtlinien“ des BDYoga, die ihrerseits eine Weiterentwicklung des „Europäischen Basis-Programms“ darstellen. Die Rahmenrichtlinien des BDYoga werden seit Jahrzehnten erfolgreich angewendet und überzeugen durch ihre ausgewogene Kombination von Theorie und Praxis.

Voraussetzungen für die Teilnahme an der Ausbildung

Für die Aufnahme in die Ausbildung der Yoga-Akademie sollten folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- eine mindestens dreijährige Yoga-Praxis unter fachlicher Anleitung
- der Verzicht auf Tabak und Alkohol während der Ausbildungsseminare
- eine schriftliche Bewerbung (mit Lebenslauf und Foto)
- ein Gespräch mit dem Ausbildungsteam und der Abschluss des Ausbildungsvertrages.

Das persönliche Gespräch zur Aufnahme in die Ausbildung findet in den Unterrichtsräumen der Yoga-Akademie (Hauptstr.48 in 73087 Bad Boll) statt.



Dauer, Organisation und Kosten der Ausbildung

Die Dauer des Ausbildungsgangs umfasst einen Zeitraum von 2,5 Jahren (30 Monaten) bis zum Abschluss "Yogalehrer/in Basic BDY". (Eine freiwillige Verlängerung der Ausbildung bis zum Abschluss "Yogalehrer/in BDY/EYU" nach insgesamt 4 Jahren ist bei entsprechender Nachfrage aus der Gruppe möglich.)

Die Durchführung der Ausbildung erfolgt in Form von **Wochenendseminaren**. Diese Form des Lehrens und Lernens hat sich als sehr effektiv erwiesen und kann auch gut berufsbegleitend durchgeführt werden. Zudem schaffen wir durch die überschaubare Gruppengröße Raum für entspanntes Lehren und Lernen.

An **Ausbildungskosten** fallen rund **240.- Euro pro Monat** an (bei vierteljährlicher Zahlungsweise).

Inhalte der Ausbildung

Die Ausbildungen der YAS haben einen Gesamtumfang von mindestens 725 Stunden bis zum Abschluss "Yogalehrer/in Basic BDY". Eine detaillierte Übersicht findet sich [hier auf der BDYoga-Site](#).

Es sollten neben den Ausbildungsseminaren ca. 3 Wochenstunden für Homework zur Verfügung stehen.

Die Teilnehmenden, die den Titel „Yogalehrer/in Basic BDY“ anstreben, sollen während der Ausbildung insgesamt vier moderierte Lehrproben (Vorstellstunden) halten.

Eine Lehrprobe besteht aus zwei Teilen: aus der eigentlichen Lehrprobe, die alle wichtigen Elemente einer Yoga-Stunde enthalten soll (Dauer 45 Minuten), und aus der anschließenden gemeinsamen Besprechung (Moderation) dieser Lehrprobe in einer offenen, freundlichen und konstruktiven Atmosphäre. ☺

Prüfung und Zeugnis

Die Ausbildung endet mit der Abschlussprüfung. Formale Voraussetzung für die Zulassung zur Prüfung ist die regelmäßige Teilnahme an den durchgeführten Seminaren, das Anlegen und Pflegen eines eigenen „Workbooks“ (Lernportfolios) sowie der schriftliche Nachweis über die gehaltenen Lehrproben.

Die Abschlussprüfung selbst besteht im Falle des angestrebten Abschlusses "Yogalehrer/in Basic BDY" aus einer moderierten Prüfungs-Lehrprobe.

Die Prüfung findet in den Räumlichkeiten der Yoga-Akademie statt.

Nach bestandener Prüfung erhalten die Absolventen ein gemeinsames Zeugnis der YAS und des BDYoga über den erfolgreichen Abschluss. Dieses Zeugnis berechtigt dann zur Führung des geschützten Titels „Yogalehrer/in Basic BDY“. ☺





Ausbildungsort



Die Ausbildung der Yoga-Akademie findet in Bad Boll statt. Dieser attraktive Kurort liegt landschaftlich reizvoll am Fuß der Schwäbischen Alb und verfügt über ein reichhaltiges Angebot an Übernachtungsmöglichkeiten. Bad Boll ist nur rund fünf Fahrminuten von der Autobahn A8 entfernt und damit z.B. von Stuttgart oder Ulm in einer guten halben Stunde erreichbar. Der Ort hat auch Anschluss an den öffentlichen Nahverkehr. Die Bushaltestelle befindet sich direkt vor der Haustür. Unsere schönen Räumlichkeiten liegen zentral und dennoch ruhig in der Ortsmitte. Vis-a-vis der Yoga-Akademie lädt eine Kastanienallee zu weitläufigen Spaziergängen in die Natur ein. ☺

Kernteam der Ausbildung



Kerstin Mandali Fuchs (geb.1960) beschäftigte sich schon in jungen Jahren intensiv mit diversen Sport- und Bewegungstechniken. Während ihres Pädagogikstudiums arbeitete sie im Forschungsbereich Sportpsychologie an der Universität Greifswald. Sie unterrichtete bis 2024 als Realschullehrerin Sport und Biologie und Yoga für Jugendliche. Kerstin Fuchs ist ausgebildete Yogalehrerin BDY/EYU und lehrt mit viel Humor und Einfühlungsvermögen Yoga seit vielen Jahren in der Erwachsenenbildung. Eines ihrer Kompetenzbereiche ist das Thema Meditation in Verbindung mit Prāṇāyāma. Kerstin ist verantwortliche Leiterin der vom BDYoga anerkannten Ausbildung.



Dr. Christian Fuchs (geb.1955) wuchs mit Yoga auf. Sein Vater gründete bereits 1965 die „Yoga-Schule Stuttgart“. Christian absolvierte dort eine Yogalehrer-Ausbildung und unterrichtet seit 1983 Yoga. Er studierte u.a. Indologie und Religionswissenschaft und promovierte 1989 über das Thema „Yoga in Deutschland“. Anschließend baute er das „Institut für Yoga- Forschung“ (IYF) auf. Christian ist seit über 45 Jahren Dozent und war von 1991-2000 Vorstandsmitglied des BDYoga (damals „BDY“) für „Öffentlichkeitsarbeit“. Christian wird für seine lebendige und alltagsbezogene Art des Unterrichts geschätzt und ist neben Kerstin Hauptdozent der Ausbildung.

Weitere DozentInnen

Neben Kerstin und Christian sind weitere qualifizierte Dozentinnen und Dozenten geplant:

- **Dr. Dirk Glogau** (u.a. Experte für Berufskunde; Yogalehrer BDY/EYU)
- **Jennifer Macho** (Ernährungswissenschaftlerin; Yogalehrerin BDY/EYU)
- **Gabriele Babs Glück** (Kommunikationstrainerin; Yogalehrerin BDY/EYU)
- und unser bewährtes Team an erfahrenen **Moderatorinnen**. ☺

