

FAQ Online – Seminare „Konstanz“

Wie sieht das Online-Format aus bzw. wie ist der Unterricht genau konzipiert?

- Die Seminarzeiten der Fünf-Tages-Seminare sind je nach Veranstalter leicht abweichend, werden aber rechtzeitig vor Seminarbeginn bekannt gegeben. Wir beginnen morgens z.B. in Konstanz um 9 Uhr und enden entsprechend am Nachmittag zwischen 17 und 17.30 Uhr.
- Die Online-Zeiten via Zoom sind für alle Teilnehmenden verbindlich. Maximal 10% der Zeit kann durch Nacharbeiten bzw. Nachhören der Audioaufzeichnungen aufgefangen werden.
- Die Seminare beginnen i.d.R. mit einer Morgenpraxis. Vorträge, Praxiseinheiten und wohltuende Pausen mit kreativen Möglichkeiten der Eigenerfahrung werden den Tag gestalten.
- Täglich gibt es eine Mittagspause von ca. 120 Minuten. Hier ist ausreichend Zeit für Essen und verdauen, einen Spaziergang an der frischen Luft unternehmen und/oder was dir einfach gut tut, damit du nachmittags wieder erholt und frischonline dabei bist. Pausen sind wichtig☺.
- Am Nachmittag ab ca. 15:00 Uhr folgen Vorträge, Praxen und /oder Gruppenarbeit zu Fallstudien, sowie eine Q&A Session.
- Fallstudien können uns handgeschrieben (oder getippt) als Scan oder als Fotografie per Mail zugeschickt werden und werden dann allen Teilnehmern via Dropbox zugänglich gemacht.

- Via Dropbox erhaltet ihr auch die Audio-Aufnahmen zum Nachhören sowie Zeichnungen der Praxiseinheiten als PDF zum Download.

Gibt es ein Skript?

Ihr bekommt das Skript für das entsprechende Modul als PDF-Datei etwa eine Woche im Voraus zur Vorbereitung.

Technische Voraussetzungen, um am Unterricht teilzunehmen?

1. Einen Computer, Notebook oder Tablett, notfalls geht es auch auf einem Smartphone
2. Eine Standard DSL- Internetverbindung
3. Ein Internetbrowser (z.B. „Google Chrome“, „Microsoft Edge“ oder „Mozilla Firefox“)
4. Das Programm „Zoom“ (kostenloser Download)
5. Eine kostenlose Dropbox (2 GB) einrichten hilft Platz für die Audiodateien zu schaffen, ist aber keine Voraussetzung:
https://praxistipps.chip.de/wie-funktioniert-dropbox-einfach-erklaert_50513

Bei welchem Anbieter findet der Unterricht statt?

Die Webinare finden über Zoom statt, damit können wir Euch eine sehr gute visuelle und auditive Qualität liefern. Falls ihr ein I-Pad oder Tablet nutzt, ladet euch bitte die kostenlose App „Zoom“ herunter. Auf dem Laptop reicht es, wenn ihr auf den Link drückst, dann öffnet sich ein Fenster ganz automatisch.

Kann man im Unterricht auch Fragen stellen?

Der Unterricht ist wie im Präsenzunterricht so konzipiert, dass ihr Fragen direkt an den Dozenten stellen könnt. Dies geht über die Chat-Funktion oder in die Gruppe gesprochen oder per Mail. Gleichzeitig profitiert Ihr natürlich auch durch die Fragen anderer Teilnehmer/innen. Am Ende jeden Tages und des Kurses werden Fragen beantwortet. Darüber hinaus gibt es ein 2 stündiges Online Folgetreffen ca. 2- 4 Wochen nach dem Kurs um die im Verlauf auftretenden Probleme und Fragen aufzugreifen.

Sind die Teilnehmer auch interaktiv dabei?

Alle Teilnehmer haben die Möglichkeit, sich interaktiv zu beteiligen, sei es im Chat oder mit direkten Fragen an die Lehrer. Der Unterricht ist damit genauso konzipiert wie in einem Präsenzkurs vor Ort: Vorträge, Praxiseinheiten und wohltuende Pausen gestalten den Tag. Wenn ihr mögt, könnt ihr euch euer Zuhause so gestalten, dass ihr mit verschiedenen Sitzmöglichkeiten sowie einer Matte in Computernähe dabei sein und mit üben könnt. Der Unterricht wird, zum Nachhören als Audio aufgezeichnet.

Wie kann ich den Unterricht nachholen, wenn ich mal nicht teilnehmen kann?

Maximal 10% des Unterrichts können durch Anhören der Aufzeichnungen nachgeholt werden. Das ist auch in eurem Sinne, damit bei den Gruppenarbeiten auf Augenhöhe miteinander kommuniziert werden kann.

Kann ich den Kurs auch wiederholen? Mit welchen Kosten muss ich dann rechnen?

An den Online-Kursen ist – so wie an den Präsenz-Kursen – eine wiederholte Teilnahme zum halben Preis, also 305 €, möglich. Es gibt immer wieder Schüler, die dieses gerne für sich nutzen, um Kursinhalte aufzufrischen.

Wie kann ich mir den Unterricht im Gegensatz zu einem reinen Präsenzunterricht konkret vorstellen?

Der Online-Unterricht unterscheidet sich tatsächlich nicht großartig vom Präsenzunterricht. Wir Lehrer leiten Yogapraxen an, erklären funktionelle Zusammenhänge z.B. am Skelett, machen die Vorträge auf Euren Bildschirmen sichtbar und stellen wie gewohnt Praxisbeispiele auf Flipcharts zur Verfügung. Ihr



Yogatherapie, Myoreflextherapie, Physiotherapie, Yoga- & Pilatesrehabilitation
Ganzheitlich - Innovativ - Integrativ

Yogatherapie-Konstanz
Uta Naumer-Hotz
Döbelestrasse 4
78464 Konstanz -D-

Telefon: (+49) 7531 364949
Mobil: (+49) 151 42 525 400
info@yogatherapie-konstanz.de
www.yogatherapie-konstanz.de

könnt euch während des Unterrichts melden und Fragen stellen oder diese in den Zoom-Chat stellen. Der Vorteil am Online-Unterricht ist es, dass der Unterricht aufgezeichnet und nachgehört werden können. Der Nachteil ist, dass die Augen mitunter müde werden und es für einige nicht leicht ist, sich zu Hause den Rücken frei zu halten. Zeiten für Augenübungen und das Üben auf der Matte sind ebenso wichtig wie das Setzen von Grenzen, um zu Hause nicht vom ganz normalen Alltag verschluckt zu werden ;-))

Bekomme ich am Ende ein Zertifikat?

Am Ende der Ausbildung bekommen unsere Schüler ein Zertifikat über Ausbildungsteilnahme am Svastha Yogatherapie Programm, das von der Yoga Allianz als 300+ Stunden Weiterbildung anerkannt ist.

Gibt es Präsenzzeiten?

Maximal 10% Fehlzeiten sind erlaubt, sonst können wir kein Zertifikat ausstellen.

Gibt es während der Ausbildung Leistungsüberprüfungen?

Ja, diese sind vorgeschrieben und werden in Form von Fallbeispielen, Fragebögen und Gruppenarbeiten in schriftlicher und mündlicher Form stattfinden.

Welche Angebote gibt es darüber hinaus?

Wir werden zusätzlich zu den fünf Seminartagen eine 2-stündige Q&A Session halten. Darüber hinaus empfehlen wir die lokale Vernetzung untereinander um sich bezüglich der praktischen Anwendung der therapeutischen Werkzeuge gegenseitig zu unterstützen.

Wer sind die Dozenten?

Eine kurze Beschreibung zu allen Lehrern im Svastha-Team findet sich [hier](#).

Durchführung der Svastha Kurse

Unsere Online Kurse finden ab einer Mindestteilnehmerzahl von 12 Teilnehmern statt.



Yogatherapie, Myoreflextherapie, Physiotherapie, Yoga- & Pilatesrehabilitation
Ganzheitlich - Innovativ - Integrativ

Yogatherapie-Konstanz
Uta Naumer-Hotz
Döbelestrasse 4
78464 Konstanz -D-

Telefon: (+49) 7531 364949
Mobil: (+49) 151 42 525 400
info@yogatherapie-konstanz.de
www.yogatherapie-konstanz.de

Was passiert, wenn ich kurz vor dem Seminar oder während des Seminares krank werde?

Das kann immer passieren und kann ggf. kostspielig sein. Hier empfehlen wir dir eine Seminar Rücktrittsversicherung.

Noch Fragen?

Bitte einfach bei uns melden unter info@yogatherapie-konstanz.de

Liebe Grüße,
Dein Svastha Yoga Therapie Team