



Yogaschule Oberösterreich

Yogalehrausbildung BYO/EYU



Anerkannt von Yoga Austria – BYO und der Europäischen Yogaunion EYU
Beginn der Ausbildung November 2025

Hatha-Yoga in der Tradition von T. Krishnamacharya und T. K. V. Desikachar

Dr. Dirk R. Glogau
E-Mail: office@yogaschule-oberoesterreich.at
Tel.: +49(0)8591 912299
Mobil: +49(0)176 5522 6330 (auch Whatsapp und Signal)
Web: <https://yogaschule-oberoesterreich.at>

Seminarstandort: Seminarraum AETAS
Web: <https://seminarraum-aetas.at/>
Mursberg 29, 4111 Walding

Büro Yogaschule Oberösterreich:
Werksiedlung 39, 94107 Untergriesbach
Bildquelle Titel: pixabay.com, Clikr-Free-Vector-Images

Unser Ausbildungskonzept

Wir legen Wert auf eine ausgewogene Yogalehrausbildung, die sich an den Bedürfnissen der Yogalehrenden und -übenden von heute und morgen orientiert und die sich der Akzeptanzfähigkeit des Yoga in unserer Gesellschaft verpflichtet fühlt. Die besonderen inhaltlichen Schwerpunkte liegen im Bereich der Yoga-Philosophie, insbesondere des Yoga-Sutra von Patanjali. Dabei orientiert sich die Ausbildung an der Tradition T. Krishnamacharya / T.K.V. Desikachar, ohne darauf zu verzichten, über den sprichwörtlichen Tellerrand hinaus zu blicken und die Zusammenhänge auch aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten.

Die Ausbildung gliedert sich in vier Schuljahre, wobei die Schulferien in Oberösterreich größtenteils unterrichtsfrei sind. Es findet durchschnittlich ein Seminar pro Monat statt. Jedes Seminar besteht aus 14 Unterrichtseinheiten (je 45 Minuten), jeweils Freitag von 16.00 Uhr bis 20.15 Uhr und Samstag von 9.00 Uhr bis 17.45 Uhr. Der Umfang der gesamten Ausbildung beträgt ca. 700 Unterrichtseinheiten im Präsenzunterricht.

Die Unterrichtspraxis besteht aus sieben internen und zwei externen Lehrproben (je 15 bis 45 Minuten und anschließende Besprechung). Alle AusbildungsteilnehmerInnen sollen an mindestens 20 Lehrproben von KollegInnen teilnehmen.

Die Kosten für die Ausbildung betragen je Ausbildungsjahr 12 monatliche Raten zu 179 Euro sowie eine einmalige Anzahlung in Höhe von 350 Euro. Hinzu kommen bei Teilnahme am Abschlussverfahren zur Yogalehrerin / zum Yogalehrer BYO/EYU die vom BYO jeweils gültigen Gebühren. Nicht in diesen Kosten enthalten sind externe Lehrproben, Einzelunterricht, Übernachtungen in den Schulräumen, Hotels/Pensionen und in externen Seminarhäusern, Lernmittel wie Bücher, Reisespesen, Verpflegung etc.

Die Ausbildungskosten können in der Regel als vorweggenommene Betriebsausgaben steuerlich geltend gemacht werden, sofern die Absicht besteht, zu unterrichten (empfohlen ab dem 2. Ausbildungsjahr).

Integrationsstudium und Eigenstudium

Weiterhin besteht die Möglichkeit eines Integrationsstudiums für Yogalehrende, die bereits eine „kleine“ Ausbildung absolviert haben. Dies bedeutet, dass Sie in Absprache mit uns nur einen Teil der Seminare belegen, je nach bereits vorhandenem Grundwissen, und dann die Möglichkeit erhalten, am Anerkennungsverfahren zum/r YogalehrerIn BYO/EYU teilzunehmen. Sollten Sie nicht am Erlangen des Zertifikats YogalehrerIn BYO/EYU interessiert sein oder aus Interesse nur bestimmte Seminare besuchen wollen, haben Sie dazu natürlich auch die Möglichkeit.

Tradition

Wir unterrichten in der Tradition von [T. Krishnamacharya](#), einem der wohl wichtigsten Lehrer des letzten Jahrhunderts, sowie seines Sohnes [T.K.V. Desikachar](#). Viele der aktuell bekannten Yogastile beinhalten Einflüsse des Wirkens Krishnamacharyas durch seine Schüler in der ganzen Welt (B. K. S. Iyengar, Pattabhi Jois, Indra Devi und A. G. Mohan). Einer seiner bekanntesten Schüler ist sein Sohn Desikachar, der den Yoga angepasst an den einzelnen Menschen (Cikitsa) stark geprägt und verbreitet hat.

Desikachar leitete das [Krishnamacharya Yoga Mandiram \(KYM\)](#) in Chennai und gab sein Wissen an Schüler aus der ganzen Welt weiter. Unsere Lehrer D. V. Sridhar, Radha Sridhar und Viji Vasu sind direkte, langjährige SchülerInnen Desikachars und des KYM. Sridhar war Director of Yoga Studies im KYM bevor er seine eigene Schule, das Yoga Rakshanam in Chennai, zusammen mit seiner Frau Radha und Kollegin Viji gründete.

Auswahlkriterien

Es gelten die Auswahlkriterien des BYO für die Yogalehrausbildung:

- Mindestalter von 25 Jahren, das eine gewisse persönliche Reife und gefestigte Persönlichkeit erwarten lässt,
- abgeschlossene Berufsausbildung,
- mindestens zwei Jahre Yoga-Praxis unter Anleitung entsprechend qualifizierter Yogalehrender (begründete Ausnahmefälle sind möglich), darüber hinaus,
- Bewusstheit für die Verantwortung gegenüber den YogaschülerInnen,
- Erfahrungen im Umgang mit Menschen, also Offenheit für deren Anliegen und die Bereitschaft, die eigene Situation wahrzunehmen.

Die persönlichen Beweggründe und die persönliche Eignung für den Yogalehrerberuf werden im Bewerbungsprozess geprüft. Besonders wichtig ist uns dabei der Eindruck, der im ausführlichen persönlichen Gespräch entsteht. Wichtig sind uns neben Verantwortungsbewusstsein und persönlicher Reife auch Toleranz und Offenheit sowie die Bereitschaft, Yoga nicht nur zu lehren, sondern auch zu leben. Dabei ist es wichtig, dass nach unserer Auffassung Yoga Freiheit und Verantwortung ist und Hirn, Herz und Humor beim Yogalehren und -lernen nicht zu kurz kommen dürfen.



Der Lehrplan

Asana	UE
Rückbeugen	14
Vorbeugen	14
Seitbeugen	14
Drehungen	14
Umkehrhaltungen	14
Gleichgewicht	14
Vinyasa	14
Schwierige Asana	14
Varianten, Anpassungen, Korrekturen, Zielgruppen	14
	126
Pranayama	
Pranayama 1	14
Pranayama 2	14
Pranayama 3	14
	42
Meditation	
Yoga-Meditation	14
Schwigeretreat	46
	60
Yoga-Philosophie, Geschichte und Quellentexte	
Geschichte Indiens und des Yoga, Traditionen	14
Yoga-Sutra I	14
Yoga-Sutra II	14
Yoga-Sutra III	14
Yoga-Sutra IV	14
Vedanta und Bhagavad-Gita	14
Samkhya	14
Tantra und Hatha-Yoga-Pradipika	14
Weltreligionen, Philosophie und Mystik	14
	126
Medizinische Grundlagen	
Bewegungsapparat	14
Nervensystem und Endokrinologie	14
Stoffwechsel und Verdauung	14
Atmung, Herz und Kreislauf	14
Ayurveda und moderne Medizin	14
Integration Schwangerer in Yogakurse	14
	84
Yoga im Westen	
Yoga und Psychologie	14
Kommunikationsmodell und Gesprächsführung	14
Stressbewältigung	14
Ethik in der westlichen und östlichen Philosophie	14
Existenzgründung und Finanzen	14
Marketing und Ethik des Yogalehrens	14
	84
Unterrichtsgestaltung und -praktikum	
Grundlagen I Einführung	14
Grundlagen II Unterrichtsgestaltung	14
Gruppendynamik und -prozesse	14
Didaktik und Methodik I, Planung und Analyse	14
Didaktik und Methodik II, Planung und Analyse	14
Lehrproben intern 1 bis 7	80
Lehrproben extern 1 und 2	20
Supervision und Prüfungsvorbereitung	14
	184
Summe UE gesamt	706
Abschluss Anerkennungsverfahren	

Das Ausbildungsteam

Die Ausbildungsleitung

Dirk R. Glogau

- Dr. phil. und Yogalehrer BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Pädagoge, Lehrer (Sek. II) für Biologie und Germanistik
- Philosoph und Journalist
- Langjähriger Schüler von D. V. und Radha Sridhar sowie Viji Vasu, Chennai
- Weiterbildung in Yogatherapie bei D. V. Sridhar u. a.
- Anerkannter Yoga-Präventionstherapeut (ZPP)
- Langjähriger Dozent in der Aus- und Weiterbildung von YogalehrerInnen
- Mitglied im Vorstand von Yoga Austria – BYO



Die Ausbilderinnen

Manon Schiecke

- Yogalehrerin BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Weiterbildung zur Kinderyogalehrerin YSS an der Yogaschule Straubing
- Ausbildung Kinderyoga bei Thomas Bannenberg, KYA in Düsseldorf
- Weiterbildung Yoga und Psychotherapie bei D. V. Sridhar u. a. in der Yogaschule Erlangen
- Mehrwöchige Studienaufenthalte bei D. V. Sridhar im Yoga Rakshanam in Chennai
- Hospizbegleiterausbildung, aktive Begleiterin im Hospizverein Passau e.V.
- Dozententätigkeit zu Themen wie "Yoga für an Demenz erkrankten Menschen" sowie "Yoga für bettlägrige Menschen"
- Anerkannte Yoga-Präventionstherapeutin (ZPP)



Marion Glogau

- Dipl.-Päd., Dipl. Soz.-Päd., Yogalehrerin BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Moderatorin des BDYoga
- Langjährige Schülerin von D. V. und Radha Sridhar sowie Viji Vasu, Chennai
- Weiterbildung in Yogatherapie bei D. V. Sridhar u. a.
- Anerkannte Yoga-Präventionstherapeutin (ZPP)



Die DozentInnen

Barbara Schagerl-Müllner

- Mag.^a der Sportwissenschaften mit den Schwerpunkten Prävention und Gesundheitsförderung
- Yogalehrerin BYO/EYU, Medizinische Trainingstherapeutin
- Mitglied im Vorstand von Yoga Austria – BYO
- Inhaltliche Lehrgangsleitung und Dozentin des Masterlehrgangs „Prävention und Gesundheitsförderung“ (private pädagogische Hochschule Linz)



- Unternehmensberaterin für betriebliche Gesundheitsförderung Linz
- Seit mehr als 20 Jahren Trainerin und Coach im Gesundheits- und Präventionsbereich
- Universitätslehrgang für Werbung und Verkauf an der Wirtschaftsuniversität Wien

Claudia Abel-Lang

- Yogalehrerin BDY/EYU und BYO/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Prüfung zur Yoga Teacher Trainerin durch die Krishnamacharya Healing and Yoga Foundation (KHYF) bzw. durch Desikachar
- Langjährige Dozentin in der Aus- und Fortbildung von YogalehrerInnen
- Weiterbildung in Yogatherapie bei Dr. Imogen Dalmann und Martin Soder, Berlin
- Mitglied im Viniyoga Netzwerk



Frederik Huber

- Yogalehrer BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Staatsexamen Sportwissenschaft und Mathematik für das Lehramt
- Meditationslehrer (Fitmedi Akademie München)
- Heilpraktiker für Psychotherapie
- Anerkannter Yoga-Präventionstherapeut (ZPP)
- Stressmanagement-Trainer (Fitmedi Akademie München)
- Dozent in der Yogalehrerausbildung



Jessica Hirthe

- Yogalehrerin BDY/EYU in der Tradition Krishnamacharya / Desikachar
- Zertifizierte Kinderyogalehrerin
- Diplom-Lebens- und -Sozialberaterin
- Zertifizierte systemische Supervisorin, Mitglied des ExpertInnen-Pools Supervision der Wirtschaftskammer Österreich
- Diplom-LifeCoach
- Diplom-Humanenergetikerin
- Systemische Aufstellungsleiterin



Der Veranstaltungsort

Die Ausbildungsseminare finden im Seminarraum Aetas statt – gelegen in ländlicher Umgebung zwischen Linz (ca. 15 Minuten Autofahrt bis ins Zentrum) und Aschach an der Donau. Mit dem Auto und mit öffentlichen Verkehrsmitteln (einschließlich eines kurzen Fußweges) ist die Yogaschule gut erreichbar. Bei Bedarf kann auch eine Abholung vom Bahnhof Walding oder Linz organisiert werden. Kostenlose Parkplätze sind in ausreichender Zahl vorhanden. Herzstück der Schule ist der rund 100 Quadratmeter große Seminar- und Yogaraum.

Eine Küche, ein Aufenthalts- und Pausenbereich, eine Umkleide, Toiletten und ein Badezimmer mit Duschen stehen den Kursteilnehmerinnen und -teilnehmern zur Verfügung. An den Ausbildungswochenenden können die Kursteilnehmerinnen und -teilnehmer in der Schule gegen eine geringe Kostenbeteiligung übernachten. Hier geht es zum virtuellen Rundgang: <https://seminarraum-aetas.at/raeumlichkeiten>

Stimmen von Teilnehmerinnen

Christa A.:

„Ich bin sehr froh, die Ausbildung absolviert zu haben. Die Tradition Krishnamacharya gibt klare Richtlinien vor und ist vor allem authentisch. Es ist eine wirklich gute fundierte Ausbildung, die nicht nur in der Asanapraxis, Pranayama, Rezitation und Meditation auf Genauigkeit und Authentizität Wert legt, sondern auch in der Philosophie Kenntnisse vermittelt und einen Überblick über die verschiedenen Strömungen gibt. Allem voran steht Patanjali mit seinem Yoga Sutra im Vordergrund. In der Praxis wird auch immer wieder Bezug auf die alten Texte genommen und rezitiert. Der hohe Praxisanteil hat mir persönlich viel gebracht. Die Wochenenden waren immer eine kleine Auszeit vom Alltag und mit dem Beenden der Ausbildung vermisse ich die gemeinsame lehrreiche Zeit, in der sich auch Freundschaften gebildet haben.“

Christine K.:

„Die Yogalehrerausbildung war eine unglaublich wertvolle Erfahrung, die mein Leben auf vielen Ebenen bereichert hat. Sie hat mir nicht nur das nötige Wissen und die Werkzeuge vermittelt, um Yoga zu unterrichten, sondern mich auch tief in meine eigene Praxis und Achtsamkeit geführt. Es war eine Reise voller Wachstum, Selbstreflexion und tiefer Verbundenheit und jeden Monat eine kleine Auszeit für mich selbst.“

Elisabeth W.:

„Diese vierjährige Ausbildung war für mich goldrichtig. Ich möchte allen Yogainteressierten empfehlen eine vierjährige Ausbildung zu machen. Es braucht einfach Zeit, die Inhalte der Ausbildung auf allen Ebenen zu erfahren. Im Laufe der Zeit taucht man immer tiefer in die Philosophie und Praxis des Yoga ein. Und ich spüre heute viel deutlicher, was mir gut tut und was nicht. Ich war schon immer ein sehr „spüriger“ Mensch, aber durch die Ausbildung ist das noch viel klarer geworden. Dirk hat uns immer den Raum gegeben, ihn zu kontaktieren, wenn wir Fragen hatten, was ich sehr geschätzt habe. Genial sind die Vorstellstunden bei Dirk. Er kann sehr wertschätzend, klar und verständlich reflektieren, was an der ausgearbeiteten Yogastunde gut gelaufen ist und welche Bereiche man noch entwickeln kann. Es sind sowohl jede eigene Vorstellstunde, als auch die Vorstellstunden der anderen Kursteilnehmer eine große Bereicherung der Ausbildung. So bin ich auf das eigene Unterrichten bestens vorbereitet worden. Auch der Kursort ist sehr ansprechend. Der Kursraum ist groß und geschmackvoll gestaltet. Außerdem habe ich es genossen, dass ich dort übernachten konnte. Eine gut eingerichtete Küche und Duschen stehen zur Verfügung. Nicht nur die Räumlichkeiten, sondern auch die schöne Landschaft ringsum machen ein Wochenende zu einem kraftspendenden Erlebnis. Vielen Dank an alle Lehrer! Und herzlichen Dank an Gabriele Koll, die uns mittags immer mit einem leckeren Eintopf verwöhnt hat.“