

# Balanced Soul Academy



**200 STUNDEN  
YOGA TEACHER  
TRAINING**





# Inhalt

**BALANCED SOUL A. 01**

---

**PROGRAMM ÜBERBLICK 02**

---

**DAS BESONDERE YTT 03**

---

**DAS LERNST DU 04**

---

**STUNDENPLAN 05**

---

**DAS TEAM 06**

---

**UNTERKUNFT 07**

---

**VORAUSSETZUNGEN 08**

---

**ZERTIFIKAT 09**

---

**ZAHLUNG 10**

---

**BUCHUNG 11**

---

**KONTAKT 12**



# ABOUT US

Wir lieben, was wir tun und wir tun was wir lieben. Wir schränken uns nicht in Schwarz oder Weiß Denken ein, sondern denken in den buntesten Farben. Fernab von normativen Konstrukten, wie etwas auszusehen hat, denken wir die Yoga-Praxis neu. Wir schaffen Brücken zwischen altbewährten Weisheiten und den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Wir gestalten einen Raum, der dir Sicherheit bietet, ohne dich einzuengen. Dabei unterstützen wir dich, Vertrauen zu entwickeln und deinen ganz eigenen Weg mit Klarheit und Authentizität zu beschreiten.

*Balanced Soul Academy*



# ABOUT US

Die Balanced Soul Academy wurde von uns, vier leidenschaftlichen und erfahrenen Yoga-Lehrenden, gegründet. Unsere unterschiedlichen Ansätze und Expertisen machen unsere Ausbildung einzigartig. All diese Vielfalt an Perspektiven, von Physiotherapie über Coaching, fließen in das Konzept ein, das wir speziell für unser Yoga Teacher Training entwickelt haben. Was uns verbindet, ist nicht nur unsere Liebe zum Yoga, sondern auch der tiefe Wunsch, einen Raum zu schaffen, in dem alte Weisheiten auf neue wissenschaftliche Erkenntnisse treffen. Einen Raum, in dem die Vorurteile und Mythen beseitigt werden, um die wahre Essenz der Yoga-Lehre in die Welt zu tragen. Wo es nicht darum geht, wie beweglich du bist, sondern wie echt und authentisch du deinen eigenen Weg gehst. Wir haben eine Ausbildung entwickelt, die nicht nur die körperlichen Aspekte des Yoga, sondern vor allem die geistigen und spirituellen Dimensionen in den Vordergrund stellt.



Werde ein außergewöhnlicher Yoga Teacher, der mit Echtheit inspiriert, ohne dich dabei verbiegen zu müssen.

# VISION

Unsere gemeinsame Vision ist es, eine Ausbildung zu schaffen, die Raum für Individualität & Freude lässt und gleichzeitig Sicherheit und Struktur bietet. Wir begleiten dich dabei, dein volles Potenzial zu entfalten und deine eigene authentische Stimme in der Yoga-Welt zu finden, egal ob du unterrichten möchtest oder diese Ausbildung für dein persönliches Wachstum nutzt.





# FÜR DICH..

Unsere Ausbildung richtet sich an alle, die sich für die ursprüngliche und ganzheitliche Lehre des Yoga interessieren – egal, ob Anfänger:in oder Fortgeschrittene:r

Sie ist für all jene, die mit Freude, Leichtigkeit und Spaß lernen und lehren möchten. Gerade, wenn du glaubst, nicht sportlich oder flexibel genug für Yoga zu sein. Deine Flexibilität ist kein Maßstab für deine Fähigkeit andere Menschen zu inspirieren.

Die Ausbildung ist für alle, die Yoga nachhaltig und gesund erlernen möchten: Wir legen großen Wert darauf, dass du die Prinzipien des Yoga so verinnerlichst, dass sie deinen Körper schützen und stärken, anstatt ihn zu belasten oder zu schädigen.

Unabhängig davon, ob du später unterrichten möchtest oder diese Ausbildung absolvierst, um mehr Erfüllung und Liebe in dein Leben zu bringen sowie dich auf einer tieferen, ganzheitlichen Ebene weiterzuentwickeln.



Yoga teachers don't inspire others by teaching; they inspire others by living

## LEITSÄTZE

- Smart statt Hart
- Fun statt Zwang
- Essenz statt Mainstream
- Freiheit statt Einengung
- Herz statt Verstand
- Individualität statt Massentauglichkeit
- Nachhaltig statt Schädigend





# Programm Überblick

Die Ausbildung unterteilt sich in zwei Blöcke mit zwei Intensivwochen im Juli 2025 und einer Intensivwoche in den Herbstferien Ende Oktober 2025 in Sizilien. Somit bleibt den Teilnehmenden genug Zeit die Inhalte zu integrieren und ggf. offene Fragen in der letzten Ausbildungswoche zu stellen. Wir beginnen am Sonntag, 06.07.25 um 15 Uhr mit einer Opening Zeremonie und anschließenden Kennenlernen. Die Intensivwochen beginnen früh morgens und dauern bis abends. Es wird darauf geachtet, genügend Pausen und Reflexionsmomente zu geben. Die Sonntage sind entweder zur Gänze frei oder halbtags zur freien Verfügung.

## Programm: 200 h Yoga-Teacher-Training

06.07.25	bis 20.07.25	Steyr
25.10.25	bis 01.11.25	Sizilien

Ort 1: Blumauegasse 30, Steyr

Ort 2: Palma di Montechiaro, Sizilien

Early Bird	bis 06.01.25	€ 2.900,-
Regulär	bis 05.07.25	€ 3.300,-



”

Believing in  
yourself is the  
first secret to  
success

“



# Das besondere YTT

Unser Yoga Teacher Training unterscheidet sich bewusst von den gängigen Programmen, die oft einen starren Lehrplan verfolgen. Bei uns geht es nicht darum, eine Schablone zu erfüllen, sondern darum, eine tiefgreifende, persönliche und transformative Erfahrung zu bieten – sowohl für deine eigene Praxis als auch für deine Fähigkeit, andere zu inspirieren.



# 1

## YOGA- ESSENZ

Unsere Ausbildung verbindet altbewährte yogische Traditionen mit modernen, wissenschaftlich fundierten Erkenntnissen. Wir legen Wert auf ein tiefes Verständnis der Yoga-Philosophie, Atemtechniken, Meditation und die Verbindung von Körper und Geist – alles integriert in einen praktischen Rahmen, der über den körperlichen Aspekt hinausgeht.

**#ESSENZ STATT MAINSTREAM**



# 2

## INDIVIDUALITÄT

Wir bieten dir einen sicheren Rahmen und gleichzeitig die Freiheit, deinen eigenen Weg im Yoga zu finden, ohne dich in starre Konzepte zu pressen. Bei uns zählt nicht, wie perfekt du eine Asana ausführst, sondern wie sehr du in der Lage bist, deine eigene Stimme zu finden und authentisch zu leben und zu lehren.

**#FREIHEIT STATT EINENGUNG**



# 3

## SICHERE PRAXIS

Jeder Körper ist einzigartig, und daher braucht es Anpassungen, um sicherzustellen, dass keine Haltung den Körper schädigt. Leider gibt es in der Yoga-Praxis viele Mythen und Fehlinformationen. In unserer Ausbildung lernst du unsere Bewegungsformel sowie die Grundlagen von Bewegung zu verstehen, um Haltungen so anzupassen, dass dein Körper und der deiner Schüler:innen geschützt und langfristig gestärkt werden.

**#NACHHALTIG STATT SCHÄDIGEND**



# 4

## SELBSTENTFALTUNG

Unsere Ausbildung ist eine Reise zu dir selbst. Ob du Yoga unterrichten möchtest oder nicht, wir schaffen einen Raum, in dem persönliches Wachstum und Selbsterkenntnis im Mittelpunkt stehen. Freue dich daher schon auf dein spirituelles Tagebuch.

**#INDIVIDUALITÄT  
STATT MASSENTAUGLICHKEIT**

# 5

## FREUDE, SPASS

Das Leben kann oft ernst genug sein, besonders wenn es um essenzielle Themen wie persönliches Wachstum und Transformation geht. Du kannst vieles im Leben entweder mit Druck und Anspannung – oder mit Leichtigkeit und Freude angehen. Bei uns lernst du, das Leben wieder mit Leichtigkeit zu genießen, denn mit Freude und Spaß lernt es sich doch so viel leichter, oder?

**#FUN STATT ZWANG**



# 6

## EFFIZIENZ

Wahre Effektivität entsteht nicht durch endlosen Einsatz, sondern durch kluge Entscheidungen. Bei uns lernst du, die wichtigsten Stellhebel zu erkennen und sie intelligent zu betätigen, um maximale Wirkung zu erzielen – ohne unnötig Energie in Dinge zu investieren, die dich nicht wirklich weiterbringen.

**#SMART STATT HART**



# 7

## HERZENSENERGIE

Bei uns lernst du, den Druck loszulassen, alles perfekt machen zu müssen – sei es auf der Matte oder im Alltag. Es geht nicht darum, perfekte Haltungen zu erreichen, sondern deine Praxis mit vollem Herzen zu leben. Setze deinen Verstand an zweite Stelle und gehe mit offenem Herzen durchs Leben. Yoga ist kein Wettbewerb, sondern ein Weg, der dir erlaubt, in deinem eigenen Tempo zu wachsen – ohne den Anspruch auf Perfektion.

**#HERZ STATT VERSTAND**

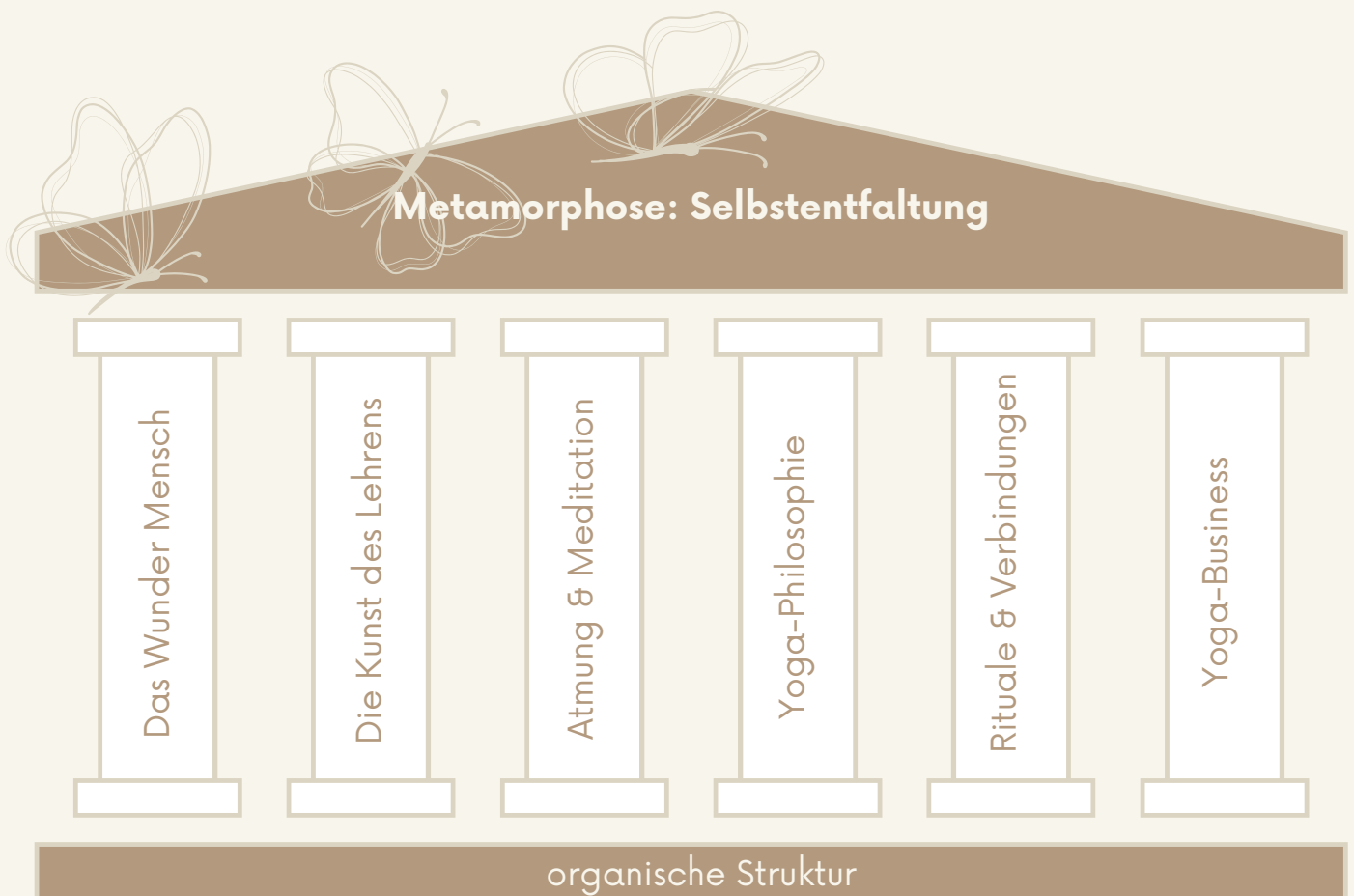


Unsere Ausbildung geht weit über die üblichen Standards hinaus. Sie ist eine Einladung, Yoga auf allen Ebenen zu leben, zu lernen und weiterzugeben. Wenn du nach einer Ausbildung suchst, die dich in deiner Einzigartigkeit stärkt, Raum für persönliche Entfaltung lässt und gleichzeitig fundiertes Wissen vermittelt, dann bist du bei uns genau richtig.

# Das lernst du: Die 7 Säulen

In unserer Ausbildung haben wir ein neues und einzigartiges Konzept entwickelt, das in 7 zentrale Säulen unterteilt ist. Jede dieser Säulen steht für einen wesentlichen Aspekt des Yoga und ist darauf ausgerichtet, dir eine umfassende und tiefgehende Erfahrung zu bieten. Durch diese klare Struktur möchten wir sicherstellen, dass alle wichtigen Elemente des Yoga abgedeckt werden – von der körperlichen Praxis über die geistige Entwicklung bis hin zur individuellen Entfaltung.

Organische Struktur bedeutet für uns, dass unsere gesamte Ausbildung darauf abzielt ein Gleichgewicht zwischen beiden Polen zu erreichen – Struktur und Freiheit.





# 1. Säule: Das Wunder Mensch

A man with a beard and sunglasses, wearing a light-colored shirt, is assisting a woman in a yoga pose. The woman is in a standing backbend (Urdhanva Dhanurasana), with her hands on the floor and her feet on the floor. The man is standing behind her, with his hands on her back and arms, providing support and guidance. The background is a bright, sandy beach with the ocean in the distance.

**In dieser Säule widmen wir uns der Faszination des menschlichen Körpers. Dieses Wissen geht weit über den üblichen Lehrplan hinaus, da es nicht nur den körperlichen Aspekt umfasst, sondern differenziert und ganzheitlich den gesamten Menschen und dabei die heutigen Umwelt- und Lebensbedingungen einbezieht. Doch das ist noch nicht alles: Wir haben dieses Wissen so strukturiert, dass es die wichtigsten Bausteine vereint, leicht verständlich erklärt und vor allem praktisch anwendbar ist. Mit diesen Erkenntnissen und "Hacks" kannst du nicht nur deine eigene Gesundheit transformieren, sondern auch die Gesundheit von Tausenden Menschen nachhaltig verbessern.**

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Körper lesen
- Movement Science
- Neuro Science
- Asana Lab
- Anatomy
- Modifikationen

## 2. Säule: Die Kunst des Lehrens

In der zweiten Säule dreht sich alles um die Methodik des Unterrichts. Du lernst, Yoga nicht nur technisch korrekt, sondern auch mit Freude und Leichtigkeit zu vermitteln: Diese Herangehensweise wird deinen Schüler:innen eine Erfahrung bieten, die über die körperliche Praxis hinausgeht.


Perfekte Yoga-Klassen kann jeder vorbereiten, aber außergewöhnliche Yoga-Stunden, die Menschen in ihrer Tiefe berühren und inspirieren, nicht. Daher lernst du bei uns aus deinem Herzen heraus zu unterrichten und deine eigene Stimme als Lehrer:in zu finden. Du erfährst, wie du deine Schüler:innen inspirierst, sie sicher durch die Praxis führst und ihnen Raum gibst, sich selbst zu entfalten.

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Sequenzierung
- Aufbau & Timing
- Asana-Typen
- Stimme
- Bildsprache
- Assisting



# 3. Säule: Atmung & Meditation



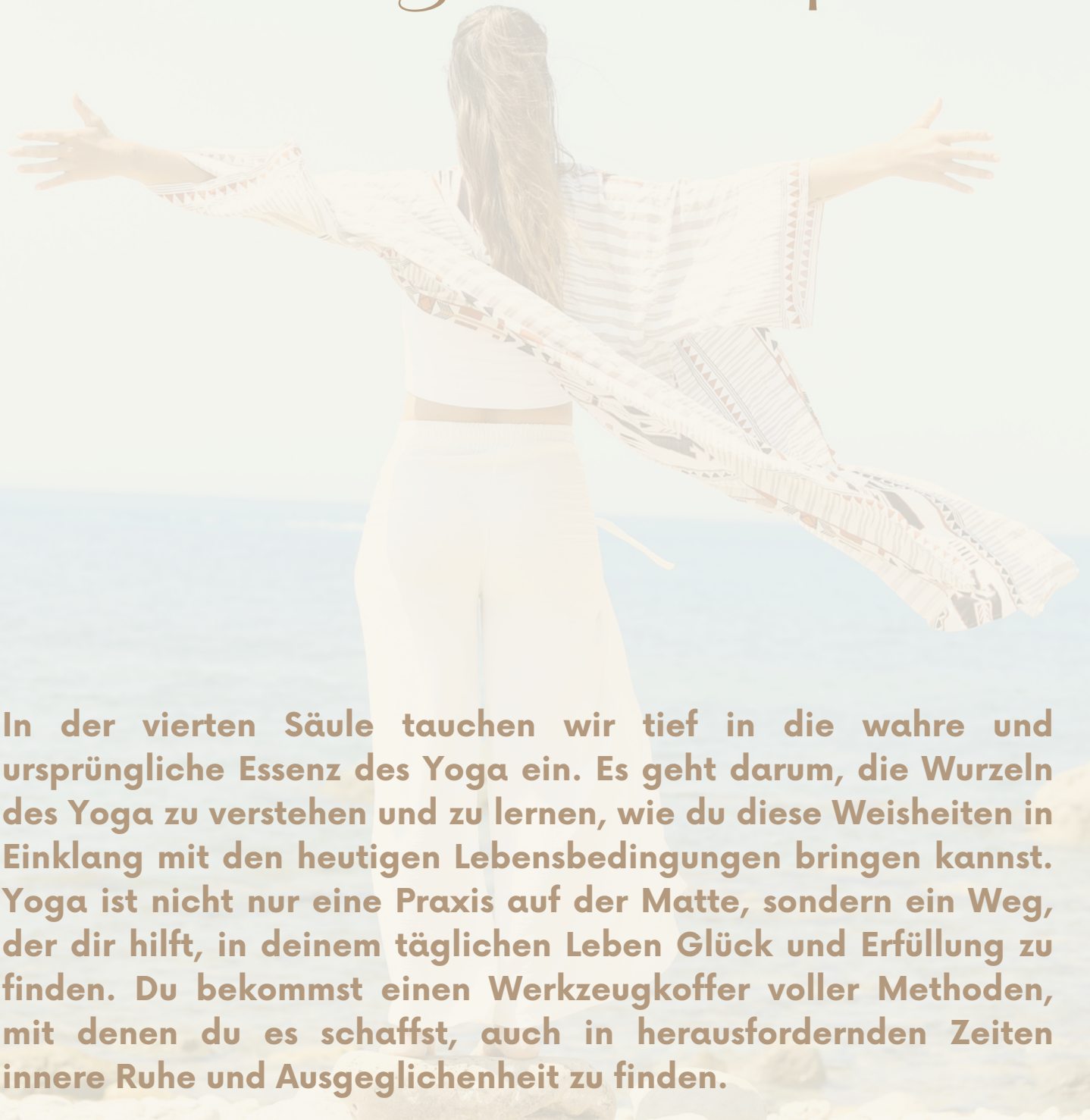
In dieser Säule werden wir nicht nur eine Vielzahl von Atemtechniken kennenlernen, sondern auch die lang vergessene Kunst des natürlichen Atmens wiederentdecken. Diese grundlegende Fähigkeit ist die Basis jeder gesunden Lebensweise sowie jeglicher Atemtechniken und wird leider in der Yoga-Praxis viel zu wenig angewendet.

Wir werden in dieser Säule mit gängigen Mythen und Fehlinformationen rund um die Atmung aufräumen, um sicherzustellen, dass du und deine Schüler:innen Atemtechniken sicher und nachhaltig praktizieren könnt - ohne unnötige Schädigungen.

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Natürliches Atmen
- Pranayama
- Atemtests
- Bandha's
- Yoga Nidra
- Meditationstechniken

# 4. Säule: Yoga-Philosophie



**In der vierten Säule tauchen wir tief in die wahre und ursprüngliche Essenz des Yoga ein. Es geht darum, die Wurzeln des Yoga zu verstehen und zu lernen, wie du diese Weisheiten in Einklang mit den heutigen Lebensbedingungen bringen kannst. Yoga ist nicht nur eine Praxis auf der Matte, sondern ein Weg, der dir hilft, in deinem täglichen Leben Glück und Erfüllung zu finden. Du bekommst einen Werkzeugkoffer voller Methoden, mit denen du es schaffst, auch in herausfordernden Zeiten innere Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden.**

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Ursprünge & Geschichte
- Chakrenlehre
- Göttermythologie
- Mudra, Kosha
- Mind Management
- The True Nature of the Self



# 5. Säule: Rituale, Verbindungen

A hand holding a bundle of dried sage over a lit candle in a ritual setting. The scene is softly lit with several other candles and a woven mat, creating a warm and spiritual atmosphere.

**In dieser Säule dreht sich alles um Rituale und das Schaffen tiefer Verbindungen – sowohl zu deinen Schüler:innen als auch zu dir selbst. Du wirst lernen, wie bedeutungsvolle Rituale, Circles und Sharings nicht nur deine eigene Praxis bereichern, sondern auch eine kraftvolle, verbindende Atmosphäre in deinen Yoga-Klassen schaffen können. Diese Techniken helfen dir dabei, authentische und tiefgehende Beziehungen aufzubauen und den Raum für echte Begegnung und Heilung zu öffnen.**

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Einführung in Rituale
- Raum öffnen und halten
- Circles und Sharing-Runden
- Sinnesaktivierung: Düfte
- Methodenkoffer

# 6. Säule: Yoga Business

A person in a white shirt is sitting at a desk, working on a laptop. The desk is cluttered with papers and a pen. The background is a bright, out-of-focus window.

**In vielen Yoga-Ausbildungen werden Themen wie Marketing und Management viel zu selten thematisiert. Häufig wird verschleiert, welche Herausforderungen wirklich damit verbunden sind, ein eigenes Yoga-Business aufzubauen und erfolgreich zu führen. Und erfolgreich bedeutet hier vor allem nachhaltig, ohne dich selbst zu ruinieren. In dieser Säule reden wir Klartext: Du erhältst die wichtigsten Erstinformationen, um dein Yoga-Business mit einem starken Fundament zu starten – praxisnah und authentisch. Wir zeigen dir, wie du dein Business entwickelst und gleichzeitig deinem wahren Selbst treu bleibst.**

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Selbstmanagement
- Management Grundlagen
- Du als Marke
- Work-Life Balance
- Marketingtipps



# 7. Säule: Selbstentfaltung



**Diese siebte Säule bildet das Dach unserer Ausbildung, denn auf diesem Weg gibt es nichts Wichtigeres als dich und deine eigene Metamorphose. Es geht um deine Ent-Wicklung und deine spirituelle Reise. Mit deinem inkludierten Coaching wirst du die Möglichkeit haben, tief in deine Glaubenssätze einzutauchen und innere Blockaden zu lösen.**

**Diese Säule bietet dir den Raum, dich in deiner ganzen Tiefe zu erfahren und dich Schritt für Schritt zu entfalten.**

Inhalte dieser Säule sind u.a:

- Life Coaching
- Spirituelles Tagebuch
- Stolpersteine
- Selbsterkenntnis
- Transformationsreise

# Beispiel Stundenplan

TIME	PROGRAMM
07:00-07:30	Pranayama   Meditation
07:30-09:00	Morgen Sadhana
09:00-09:30	Magie Zeit
09:30-10:30	Frühstück
10:30-12:30	Yoga-Philosophie
12:30-13:30	Pause
13:30-16:00	Body Reading   The Art of Teaching
16:00-17:00	Abend Sadhana
17:00-17:30	Pause
17:30-18:30	Satsang, Circle Sharing, Chanting



# Das Team





# Alessandro

Alessandro wurde in Sizilien geboren und lebt seit 2021 in Österreich.

Seine Reise zum Yoga begann 2018 durch persönliche Veränderungen, und er erkannte schnell, dass diese Praxis ihn tiefer mit sich selbst und seinem Herzen verbindet.

Alessandro lernte verschiedene Yoga-Stile kennen und entwickelte eine besondere Begeisterung für kraftvolle und dynamische Praktiken wie Power-Yoga und Mandala-Yoga.

Seine Stunden sind geprägt von Energie, Stärke und fließenden Sequenzen, die Körper und Geist gleichermaßen fordern.

Mit seinem Leitsatz „Unleash Your Energy“ motiviert Alessandro seine Schüler:innen, ihre innere Kraft freizusetzen und über ihre eigenen Grenzen hinauszuwachsen.



# Alessandro

A person is performing a handstand on a sandy beach. The person is wearing a white t-shirt and light-colored shorts. Their legs are raised high, and their feet are together. The background shows rolling sand dunes under a clear sky. The overall scene is bright and serene.

Zusätzlich bringt Alessandro seine Ausbildung als Masseur in seinen Unterricht ein, was ihm ein besonderes Gespür für die körperlichen Bedürfnisse seiner Schüler:innen verleiht.

So gelingt es ihm, in seinen kraftvollen Yoga-Stunden stets eine Balance zwischen Anstrengung und Entspannung zu finden.

Alessandro freut sich darauf, Menschen auf ihrem Yoga-Weg zu begleiten, ihnen neue Perspektiven zu eröffnen und sie zu ermutigen, ihre volle Energie zu entfalten.

Wir sind stolz und dankbar, Alessandro als so großartigen Lehrer im Team zu haben. Er unterrichtet Asana Lab, The Art of Teaching, Methodik, sowie Sequenzierung und Timing und bringt seine Leidenschaft und Expertise in jede Einheit ein.

# Verena

Verena hat sich 1989 auf ihren spirituellen Weg gemacht, und 1998 mit ihrer eigenen Yoga-Praxis begonnen.

Weil ihr Wesen so ist, allem in die Tiefe zu folgen, hat sie 2004 ihre Yoga-Lehrer:innen Ausbildung bei SIVANANDA absolviert.

2005 begann sie zu unterrichten und 2006 gründete sie die 1. Yogaschule in Steyr - eine Institution um langfristig die Praxis zu vertiefen, in dem die Teilnehmer:innen erstmalig ein ganzes Jahr durchgehend Yoga Einheiten besuchen konnten

Zu all ihrer Yoga-Erfahrung mit vielen hunderten von Schüler:innen, hat sie schon 2007 mit ihren erste Coaching-Ausbildung begonnen, und gleichzeitig ihre Yoga-Schüler:innen auch von der mentalen und energetischen Seite unterstützt.



# Verena



Es folgten viele weitere Coaching-Weiterbildungen, wobei die dreijährige Lebens- und Sozialberater-Ausbildung mit dem Schwerpunkt „YOGA INDIVIDUELL“ einen neuen Fokus setzte – eine dreijährige Schulung, um von Fremdbestimmtheit in die absolute Eigenverantwortung zu kommen.

Während der "C" Zeit kamen 3 neue Ausbildungen dazu , Elevation, New Spirit und Limitless Coaching Tools - diese fließen sowohl in ihre Yogastunden , als auch in ihre Einzelcoachings ein.

Wir sind unglaublich dankbar, dass Verena ihre jahrzehntelange Expertise und kreative Energie in unser Yoga-Teacher-Training einbringt. Sie unterrichtet die Säule der Selbstentfaltung (Metamorphose) sowie Rituale und tiefe Verbindungen.

Zudem hat sie spezielle Workshops für unsere Teilnehmer:innen geplant, die einzigartige Erlebnisse und tiefes Wachstum fördern.



# Andreas

Andreas ist ein leidenschaftlicher Bewegungs-Enthusiast, der von der erstaunlichen Anpassungsfähigkeit des menschlichen Körpers und Geistes fasziniert ist. Gesundheit und Freiheit sind für ihn untrennbar miteinander verbunden und bilden die Grundlage seines Lebens und Arbeitens.

Seine Reise der Selbsterkenntnis begann mit einem 10-tägigen Vipassana-Kurs, der sein erster Kontakt mit Yoga war – ohne dass er es damals wusste.

Schon immer war Andreas bereit, für seine Ausbildung oder Selbsterkenntnis große Veränderungen in Kauf zu nehmen. So zog er von Wien nach Steyr, um Physiotherapie zu studieren. Sein Drang, von den Besten zu lernen, führte ihn nach dem Studium in die Schweiz.

Um die volle Freiheit in seiner Arbeit zu erlangen, entschied er sich schließlich für die Selbständigkeit als Physiotherapeut, Yoga-Lehrer und Coach.



# Andreas

Seine erste Yoga-Ausbildung auf Bali veränderte sein Leben tiefgreifend. Dies führte ihn schließlich auch nach Indien, wo er in einem Ashram lebte und seine Yoga-Kenntnisse vertiefte.

Bis heute ist er beständig auf Reisen, um von internationalen Expertinnen in den Bereichen Movement Science, Yoga und Physiotherapie zu lernen. Diese Reisen eröffnen ihm immer wieder neue Perspektiven und erweitern seinen eigenen Blickwinkel.

Wenn es um die Asana-Praxis geht, legt Andreas besonderen Wert darauf, den Menschen zu vermitteln, dass es nicht darauf ankommt, wie eine Haltung aussieht, sondern wie sie sich darin fühlen.

Voller Begeisterung freuen wir uns, einen so begabten Bewegungsexperten in unserem Team zu haben. Er revolutioniert die Yoga-Praxis, indem er Ansätze aus verschiedenen Bewegungsrichtungen und der Physiotherapie mit Yoga kombiniert. Dadurch entsteht eine einzigartige Herangehensweise, die die Praxis nicht nur bereichert, sondern vor allem sicher und nachhaltig gestaltet.

# Nicole



Nicoles Leben nahm eine entscheidende Wendung, als sie während ihres Masterstudiums in Gesundheitsmanagement eine Zeit lang auf Bali lebte.

Dort entdeckte sie die tiefgreifende Weisheit der Yoga-Praxis, die sie in eine tiefe Verbindung mit sich selbst und der Welt um sie herum führte.

Seitdem verbringt Nicole jeden Winter auf Bali, um selbst wieder Schülerin zu sein und das ursprüngliche Wissen in ihre Ausbildungsinhalte einfließen zu lassen.

Nach ihrer Zeit auf Bali setzte Nicole ihre Reise fort und vertiefte ihre Praxis in Indien, Sri Lanka und Costa Rica. Besonders prägend war die Begegnung mit einem indischen Yoga-Meister aus dem Himalaya, von dem sie die ursprüngliche Yoga-Lehre aus erster Hand erfahren durfte.



# Nicole

In den letzten Jahren hat Nicole mehr als 700 Stunden Yoga Teacher Training absolviert, darunter Assisting, Kundalini-Yoga, Hatha-Yoga, Kriya-Yoga und Kinder-Yoga.

Sie hat unzählige Techniken erkundet, stets auf der Suche nach einer Antwort auf die Frage: „Wie kann man so erfüllt, gesund und frei wie möglich leben?“

Ihr Engagement und ihre Hingabe haben sie zu einer Lehrerin gemacht, die nicht bloß theoretische Antworten liefert, sondern durch die Tiefe der Yoga-Praxis nachhaltige Veränderungen ermöglicht.

Die Balanced Soul Academy ist stolz, Nicole im Team zu haben – eine Lehrerin, die über den Tellerrand hinausblickt und tiefgreifende Erfahrungen weitergibt. Bei uns wird Nicole vor allem die Schwerpunkte Yoga-Philosophie, Pranayama & Atmung sowie Yoga-Business unterrichten.



# Unterkunft

Mit deiner Buchungsbestätigung senden wir dir eine Liste mit empfohlenen Unterkünften für deinen Aufenthalt während der zwei Intensivwochen in Steyr. In der Umgebung findest du zahlreiche Übernachtungsmöglichkeiten in allen Preisklassen. Bitte beachte, dass die Kosten für die Unterkunft in Steyr nicht im Ausbildungspreis enthalten sind und von dir selbst getragen werden.

Für die Ausbildung in Sizilien hingegen sind die Kosten für die Unterkunft bereits im Preis inkludiert. Du musst dich also nur noch um dein Flugticket und den Shuttle zur Unterkunft kümmern – dabei unterstützen wir dich selbstverständlich gerne.







Sizilien





# Verpflegung

Mit deiner Buchungsbestätigung erhältst du auch detaillierte Informationen zur Verpflegung während der Intensivwochen. Wir informieren dich darüber, wo du essen kannst und welche Nahversorger sowie Restaurants sich in der Nähe befinden. Da unser Standort in Steyr sehr zentral liegt, gibt es eine Vielzahl an Essensmöglichkeiten in unmittelbarer Umgebung.

Während der Ausbildung in Sizilien übernehmen wir die Kosten für die Verpflegung in Form einer Halbpension. Um deine Veränderungsprozesse optimal zu unterstützen, empfehlen wir dir während der Ausbildungszeit eine unverarbeitete, ausgewogene Ernährung. Wir legen in Sizilien besonderen Wert auf nahrhaftes und vegetarisches Essen, um dein körperliches und geistiges Wohlbefinden zu fördern.



# Vorraussetzungen

Es gibt keinerlei körperliche Voraussetzungen.

Du musst weder sportlich noch besonders beweglich sein. Yoga ist für alle Körper geeignet, und wir passen unsere Lehre deinen individuellen Bedürfnissen an.

Du musst keine jahrelange Yoga-Erfahrung mitbringen – was für uns zählt, ist deine Offenheit, deine Bereitschaft zu lernen und dein Engagement für persönliches Wachstum.

Auch wenn du nicht vorhast, Yoga zu unterrichten, bietet dir diese Ausbildung eine wunderbare Chance, dich selbst neu zu entdecken und dein Potenzial zu entfalten.





# Zertifikat

Nach erfolgreichem Abschluss unserer Ausbildung erhältst du ein international anerkanntes Zertifikat der Yoga Alliance. Yoga Alliance ist der weltweit anerkannte Standard für Yogalehrer:innen und -schulen. Mit diesem Zertifikat wirst du international als professionelle:r Yogalehrer:in anerkannt. Egal, ob du Yoga-Klassen vor Ort, in Studios oder auf internationalen Retreats anbieten möchtest – mit dieser Zertifizierung öffnest du dir Türen auf der ganzen Welt.

Sei dir bitte bewusst, dass manche Teilnehmenden ihre eigene Praxis und Selbsterkenntnis vertiefen möchten, ohne gleich zu unterrichten. Uns ist wichtig, dass sich Teilnehmende dazu engagieren persönlich zu wachsen, offen zu sein und Freude am Lernen zu haben.



”

Die wahre Praxis  
des Yoga beginnt,  
wenn du die Matte  
verlässt; in deinen  
Gedanken,  
Handlungen und  
Beziehungen

“



# Buchung

Du kannst direkt über unsere Website buchen und erhältst anschließend die Anmeldungsbestätigung per Mail mit Rechnung. Außerdem kannst du direkt via Eversports bei Alessandro buchen. Natürlich kannst du dich auch jederzeit bei jemanden von uns melden und persönlich, per Nachricht, E-Mail oder Telefon buchen.





# Zahlung

Nach erfolgreicher Buchung erhältst du von uns eine E-Mail mit der Rechnung und den Zahlungsanweisungen. Dein Platz ist gesichert, sobald die Anzahlung von € 500,- eingegangen ist. Wenn du über Eversports buchst, hast du die Anzahlung von € 500,- bereits getätigt. Du hast außerdem die Möglichkeit, den Gesamtbetrag sofort zu überweisen oder den Restbetrag spätestens zwei Wochen vor Ausbildungsbeginn zu begleichen. Solltest du Fragen zur Zahlung haben oder eine Ratenzahlung wünschen, kannst du dich gerne jederzeit bei uns melden.







Falls du noch Fragen hast, melde dich  
gerne jederzeit bei uns,

Wir freuen uns auf DICH!

+43 660 44 222 33 (Verena)  
[om@balancedsoulacademy.com](mailto:om@balancedsoulacademy.com)