Online Coaching

für Yogalehrer::innen

Du hast eine Yoga Lehrerausbildung abgeschlossen? Was jetzt?

Im 1:1 online Coaching für Yogalehrer klären wir alle deine offenen Fragen und finden gemeinsam heraus, in welche Richtung du dich weiterentwickeln kannst.

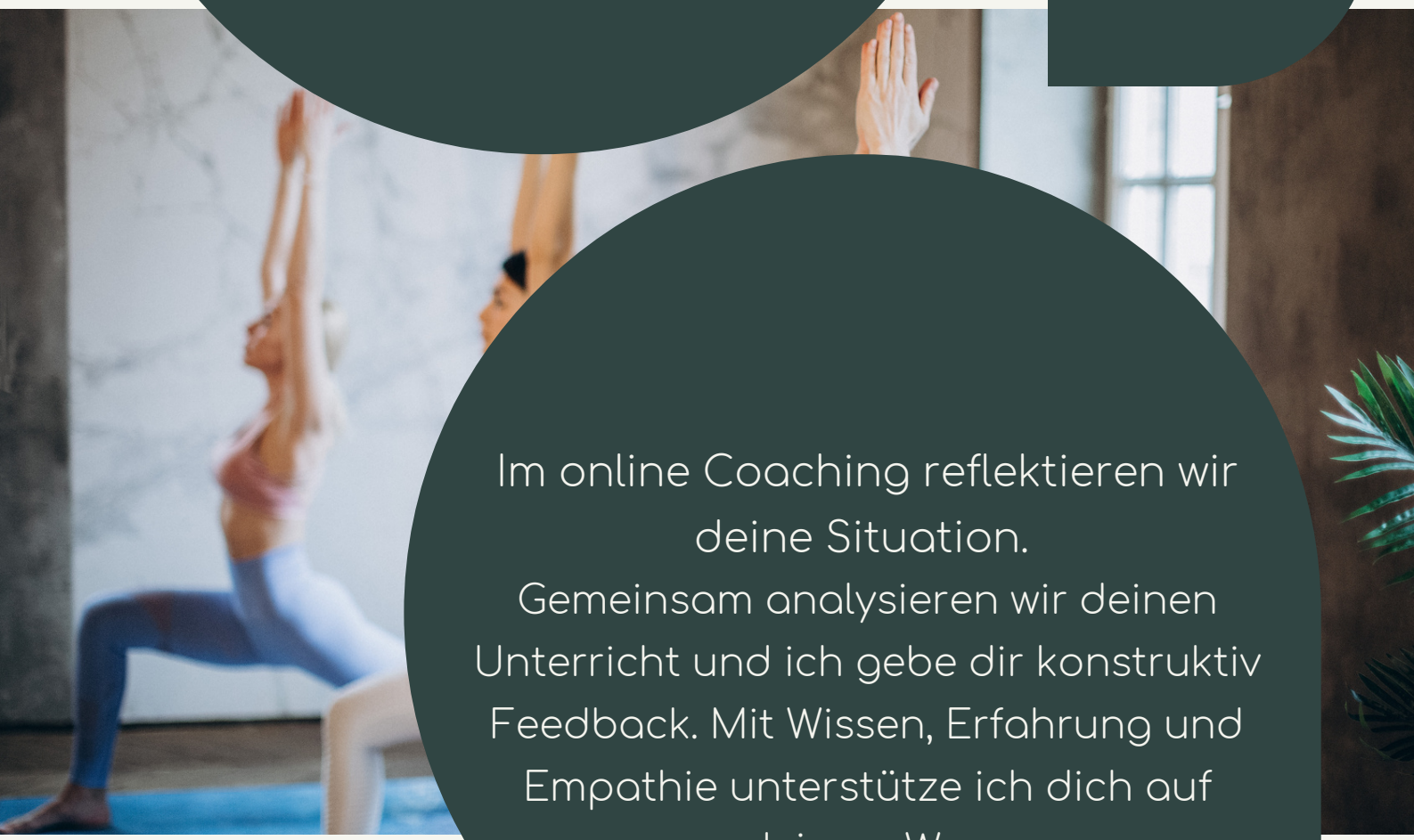
Ich unterstütze dich dabei, dran zu bleiben, als Praktizierende wie auch als Lehrerin zu wachsen und deine Unterrichtsfähigkeiten zu vertiefen und zu erweitern.

www.lillanyoga.com

Wie kann ich dich unterstützen?

Im persönlichen 1:1 online Coaching profitierst du von meinem Wissen und meiner jahrelangen Erfahrung als Yogalehrerin und Yoga-Ausbildnerin. Ich begleite dich auf deinem persönlichen Weg zum erfolgreichen Yogalehrer und helfe dir Antworten auf deine Fragen zu finden.

Jetzt per mail bewerben!



Im online Coaching reflektieren wir deine Situation.
Gemeinsam analysieren wir deinen Unterricht und ich gebe dir konstruktiv Feedback. Mit Wissen, Erfahrung und Empathie unterstütze ich dich auf deinem Weg

www.lillanyoga.com

Warum ist ein Yogalehrer Coaching für dich richtig?

Es ist als Yogaleher:in einfach so wichtig, stets bereit zu sein, sich weiter zu entwickeln, an sich zu arbeiten und sich Inspiration bei anderen zu holen. Ich unterstütze dich dabei, dran zu bleiben als Lehrer:in zu wachsen und deine Unterrichtsfähigkeiten zu vertiefen und zu erweitern.

Folgende Themen können Teil des Coachings sein:

- Bewerben und Vernetzen
- Dein eigenes Yoga Business aufbauen, Selbständig werden, online Arbeiten, .uvm.
- Abgrenzung als Lehrerin – knowing my boundaries, Energy menagement
- Sequenzen kreieren, die anatomisch und energetisch sinnvoll aufgebaut sind und Spass machen
- Musik sinnvoll einsetzen, passende Playlists zusammenstellen
- Deine eigene Praxis vertiefen, Weiterbildungen auswählen
- Feedback zu deinem Unterricht
- Yogastile und Repertoir erweitern
- Stimme und Sprechtechnik
- Meditation & Breathwork

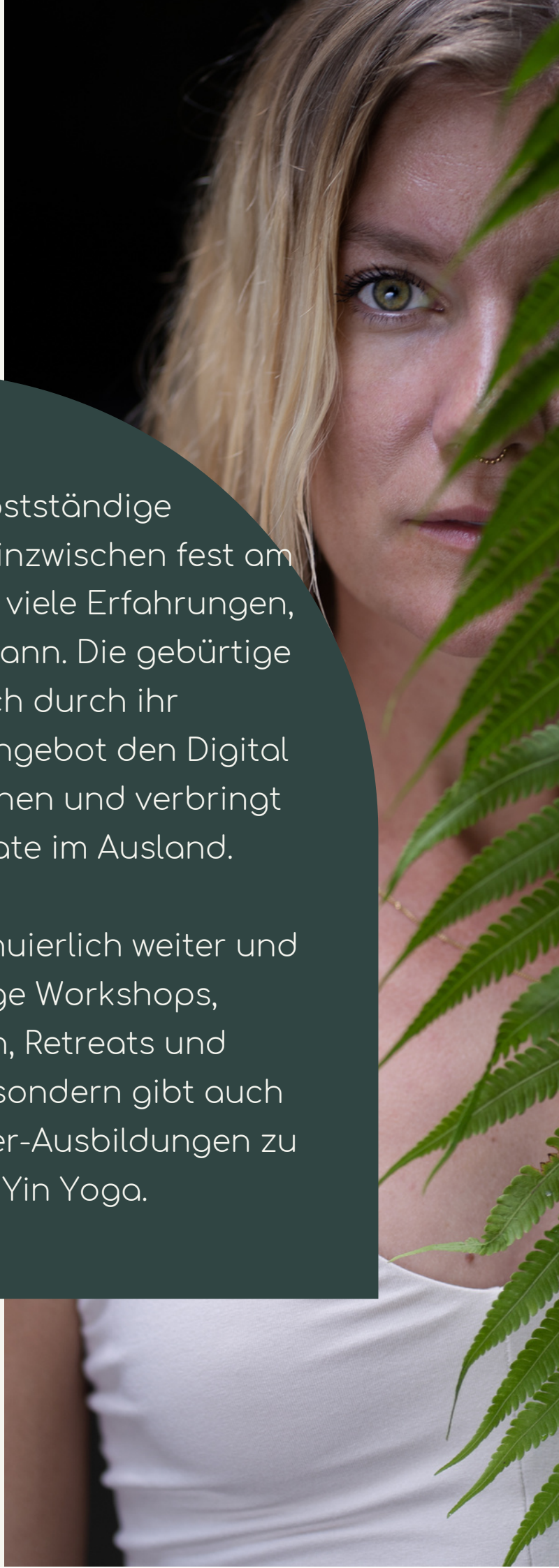
Dein Coach

Als deine Mentorin unterstützt dich Eva dabei deinen Weg zu finden. Als langjährige Yogalehrerin weiß sie, welche Hürden dir auf deinem Weg zum erfolgreichen und authentischen Yogalehrer begegnen können.

www.lillanyoga.com

Mit all ihrem Wissen, ihrer Empathie, Menschenkenntnis hilft sie dir, diese Hürden aus dem Weg zu räumen und deinen Weg zu gehen.
Sie liebt es Menschen wachsen zu sehen und sie auf ihrem Yogaweg zu begleiten.

Mehr über Eva



Als langjährige selbstständige Yogalehrerin hat sich Eva inzwischen fest am Markt etabliert und hat so viele Erfahrungen, auf die sie zurückgreifen kann. Die gebürtige Wienerin konnte sich durch ihr breitgefächertes Online Angebot den Digital Nomad Lifestyle ermöglichen und verbringt seit 2019 mehrere Monate im Ausland.

Sie bildet sich selbst kontinuierlich weiter und hat nicht nur unzählige Workshops, Firmenyoga, 1:1 Klassen, Retreats und Gruppenklassen geleitet, sondern gibt auch jährlich mehrere Yogalehrer-Ausbildungen zu Vinyasa Flow und Yin Yoga.

Jetzt per mail bewerben!

Mögliche Pakete*

Egal ob es um Fragen des (Selbst-)Marketing geht, Unterrichtsaufbau, Beratung und Unterstützung der (Weiter-)Entwicklung deines eigenen Stils:

Das Mentorship Programm mit Eva wird dir helfen deine eigenen Ziele zu finden, verfolgen und zu erfüllen.

1:1 Call 60 Minuten
95 €
1:1 Call 5er Block
450 €

12 Wochen Online Kurs, 8x 1:1 Calls + WA Support Group
1899 €

Feedback zu deinem Unterricht + gemeinsame Analyse
150€

*alle Sessions finden online statt, individuelle Programme möglich

12 Wochen online Kurs + Mentoring

Das 12 Wochen online Programm besteht aus insgesamt
8 1:1 Live-Calls, die via Zoom stattfinden werden (90min für ca. 12 Wochen – Alle 1-2 Wochen ein Termin). Wir passen die Termine an deine Verfügbarkeit an, so dass das Programm gut in deinen Alltag integrierbar ist.

Begleitet wird die Zeit von Videoaufzeichnungen plus entsprechendem online Content, an dem du arbeiten und dich weiterentwickeln wirst. Nach jedem Abschnitt gibt es kleine Assignments, die du mir gerne zur Überprüfung schicken kannst, wenn du tieferes Feedback möchtest.

Wir bleiben während der gesamten Zeit auch via WhatsApp in Kontakt, so dass du immer Fragen stellen kannst zu deinem Alltag als YogalehrerIn oder unseren Assignments

Du kannst das Training au in deinem eigenen Tempo absolvieren und hast ein ganzes Jahr dafür Zeit.

Teaching Yoga ist ein life long learning process.

Jetzt per mail bewerben!

Wir finden gemeinsam heraus, was dir wichtig ist und wo dein Weg im Yoga hingehen soll.

Ich helfe dir auf Besonderheiten deiner Schüler eingehen zu können. Wir besprechen, wie Übungen und Sequenzen angepasst und verändert werden müssen, um jeden Teilnehmenden eine sichere und heilsame Praxis zu ermöglichen.

www.lillanyoga.com

Bewirb dich jetzt !

Damit ich dir auch wirklich die volle Aufmerksamkeit schenken kann, arbeite ich nur mit wenigen Teilnehmern zusammen.

Du hast Interesse an der gemeinsamen Arbeit?
Dann schreib mir in einem kurzen Mail, warum du gerne das 1:1 Coaching bei mir machen möchtest.
Danach lernen wir uns in einem Gespräch online via Zoom kennen.
Es geht nur um dich – deine Fragen, deine Situation, deine Herausforderungen und deine Ziele.

Auf Basis dessen besprechen wir, welche Art des Coachings am meisten Sinn für dich macht und wie wir weiter vor gehen wollen.

Ich freue mich auf deine Nachricht

lillanyoga@icloud.com