



Die Fachgruppe i-yoga im BGB-Schweiz bildet sich aus motivierten BewegungspädagogInnen, welche die i-yoga „AUF-BILD-ung“ erfolgreich abgeschlossen haben. Alle Yoga Lehrkräfte sind herzlich eingeladen beizutreten und aktiv mitzuwirken.

*„Ohne den Glauben daran, daß es grundsätzlich möglich ist, die Wirklichkeit durch unsere theoretischen Konstruktionen begreiflich zu machen, ohne den Glauben an die innere Harmonie unserer Welt, könnte es keine Naturwissenschaft geben“.*

Albert Einstein

## Leitung

---

Lucia Ballerini, i-sam institute of science, art and movement, Buchzelgstr. 114. 8053 Zürich  
[www.i-yoga.ch](http://www.i-yoga.ch) - Email: [forme@i-sam.ch](mailto:forme@i-sam.ch) – Tel: 076 558 20 71

## Team

---

Regula Schöni – Email: [bewegen@regulaschoeni.ch](mailto:bewegen@regulaschoeni.ch) – Tel: 044 941 61 55  
Corinne Burkart – Email: [corindameili@gmail.com](mailto:corindameili@gmail.com) – Tel: 078 409 96 97

## Ziel der Fachgruppe

---

Die Fachgruppe i-yoga BGB vertritt die Interessen und Anliegen der i-yoga Mitglieder innerhalb und ausserhalb des BGB. Die i-yoga Fachgruppe organisiert „AUF- und Weiter-BILD-ungen“ und ist Ansprechpartner für Fragen, Kritik und Wünsche. Wir vermitteln Adressen für i-yoga Interessierte und Neugierige, welche einen i-yoga Kurs besuchen wollen. Für i-yoga Mitglieder, welche eine Vertretung suchen und/oder Hospitieren wollen stehen wir mit Rat und Tat zur Seite.

## Wer lebt i-yoga?

---

Moderne, bewegungsneugierige Menschen, welchen das Leben offen und interessiert begegnet. Sie sind kontemporär verankert, mit beiden Beinen in universelle Zusammenhänge verwurzelt. Sie „be-greifen“ und „er-leben“ die Naturwissenschaft, deren Grundlage die Physik „be-deutet“. Ihr Weltbild ist eigenständig, kritisch und individuell reflektierend. Im Sinne der Gemeinschaft, handelt und denkt die/der i-yoga Interessierte, ethisch, loyal und jovial.

*„Wer einen Gedanken findet, der uns auch nur ein wenig tiefer in das ewige Geheimnis der Natur blicken lässt, dem ist eine große Gnade zuteil geworden“.*

Albert Einstein

He / She becomes „I“

## Was ist i-yoga

---

i-yoga ist ein authentischer und empirischer Yogastil. Konzipiert von Lucia Ballerini. Basierend auf den Gesetzen der Natur- und Geisteswissenschaften fließen die neuesten Erkenntnisse der Verhaltens-, Ernährungs- und Sportwissenschaften in diesen Ganzheitlichen, um- und erfassenden Yogastil ein. Es werden Aspekte aus diversen Yogarichtungen in einen zeitgerechten, inspirativen Bezug transferiert und mit eigens entwickelten Elementen in eine neue aussergewöhnliche Anwendungsform verbunden, welche modernen und zeitgemäss denkenden Menschen entspricht.

i-yoga fordert – mehr noch: fördert jovial und respektvoll Ihre menschliche Individualität auf multiplen Ebenen unter Berücksichtigung Ihrer Kompetenzen und bietet Ihnen eine

*„Eine wirklich gute Idee erkennt man daran, dass ihre Verwirklichung von vorneherein ausgeschlossen erscheint“.*

*Albert Einstein*

ausgezeichnete Lebenshilfe. Atemübungen, Körperhaltungen und meditative Entspannung - Elemente werden ausgewogen und sinngerichtet geübt. Die vermittelten Haltungen werden nach den Prinzipien der Spiraldynamik® ausgeführt, mit dem Ziel die Körperschulung intelligent und gesundheitsbewusst zu gestalten.

i-yoga bedient sich der Naturgesetze der Physik, ist frei von jeglichen Glaubenssätzen, gehört weder einer Religion noch einer Glaubensgemeinschaft an und unterliegt keinen Dogmen. Die wachsenden, nachhaltig erlebten Bewusstseinszustände, die durch die Praxis von i-yoga gefördert werden, lassen Sie auf Ihrem Weg Wohlgefühl, Gelassenheit und innere Freiheit erfahren und spüren.

Daraus resultiert letztlich Ihre wahre Selbstbestimmung und befähigt Sie in Eigenverantwortung, ethisch mit Ihnen und Ihrer Umwelt zu handeln.

## Voraussetzungen Zertifikatslehrgang

---

Der i-yoga Zertifikatslehrgang richtet sich an alle interessierte Bewegungsmenschen, welche eine abgeschlossene Grundausbildung in Bewegungspädagogik, Tanz, Gymnastik oder Sport, Zertifikat Bewegungstrainer BGB - Level 1 oder gleichwertige Ausbildung, besitzen.

Der Zertifikatslehrgang gliedert sich wie folgt:

Modul Basic - 6 Tage

Modul Advanced - 4 Tage.

### Daten & Details

*„Durch bloßes logisches Denken vermögen wir keinerlei Wissen über die Erfahrungswelt zu erlangen; alles Wissen über die Wirklichkeit geht von der Erfahrung aus und mündet in ihr.“*

*Albert Einstein*

## i-yoga AUF-BILD-ung für Quereinsteigerinnen

BewegungsInteressierte welche über keine Grundausbildung in den Bereichen Tanz, Gymnastik, Sport- und Bewegungspädagogik verfügen, erwerben sich in der **2-3 jährigen, modularisierten**, berufsbegleitenden AUF-BILD-ung das notwendige Know-How, i-yoga authentisch, personifizierend und originär unterrichten zu können.

Sichern Sie Sich heute schon Ihren begehrten AUF-BILD-ungsplatz. Lucia Ballerini gibt Ihnen gerne ausführliche Auskünfte.

Der erste AUF-BILD-ungslehrgang startet im Frühling/Herbst 2012. Details folgen ab Sommer 2011.

## Weiter-BILD-ungen

Jährlich werden Weiter-BILD-ungstage im Fachgebiet i-yoga angeboten.

Auf der BGB Homepage <http://www.bgb-schweiz.ch/weiterbildung/default.asp> oder unter [www.i-yoga.ch](http://www.i-yoga.ch) finden Sie Details zu den einzelnen Kursen.

*„Körper und Seele sind nicht zwei verschiedene Dinge, sondern nur zwei verschiedene Arten, dasselbe Ding wahrzunehmen.*

*Entsprechend sind Physik und Psychologie nur zwei verschiedenartige Versuche, unsere Erlebnisse auf dem Weg systematischen Mensch und Lebens miteinander zu verknüpfen.“*

*Albert Einstein*