

# Universitätskurs

## Biomechanik der Asanas im Stehen





## Universitätskurs Biomechanik der Asanas im Stehen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

Internetzugang: [www.techtitute.com/de/medizin/universitaetskurs/biomechanik-asanas-stehen](http://www.techtitute.com/de/medizin/universitaetskurs/biomechanik-asanas-stehen)

# Index

01

Präsentation

---

Seite 4

02

Ziele

---

Seite 8

03

Kursleitung

---

Seite 12

04

Struktur und Inhalt

---

Seite 18

05

Methodik

---

Seite 22

06

Qualifizierung

---

Seite 30

# 01

# Präsentation

Yoga hat sich zu einer umfassenden und idealen Disziplin für Patienten entwickelt, die unter Muskelerkrankungen, Stress oder Angstzuständen leiden. Die Sitzungen können an jede Person, jede körperliche Fähigkeit und jede Pathologie angepasst werden, was viele Ärzte dazu veranlasst hat, diese körperliche Aktivität in ihre Therapie zu integrieren. Aus diesem Grund hat TECH diese Fortbildung entwickelt, in der Ärzte die Vorteile, Kontraindikationen und wissenschaftlichen Grundlagen der Biomechanik von Fuß-Asanas kennen lernen. All dies in einem 100% Online-Lernformat, das es den Studenten ermöglicht, ihre täglichen Verpflichtungen mit einer akademischen Option zu verbinden, die sich durch ihre pädagogischen Ressourcen und den flexiblen Zugang zu ihren Inhalten auszeichnet.





“

*Ein Universitätsabschluss, der Sie in nur  
6 Wochen auf den neuesten Stand der  
Biomechanik von Asanas im Stehen bringt“*

Falsche Gesundheitsgewohnheiten, Fehlhaltungen bei der Arbeit oder im Studium sowie der Alterungsprozess begünstigen das Auftreten von Erkrankungen des Bewegungsapparates, des Herz-Kreislauf-Systems oder der Psyche. Vor diesem Hintergrund ist Yoga zu einem idealen Mittel geworden, um die Muskeln zu stärken, die Beweglichkeit zu verbessern oder Ängste abzubauen.

Aus diesem Grund integrieren viele Ärzte diese Disziplin in ihre Behandlungen als Ergänzung zu den eher traditionellen Gesundheitsrichtlinien. Dadurch entstand dieser 6-wöchige Universitätskurs in Biomechanik der Asanas im Stehen, dessen Inhalte von den besten Spezialisten auf diesem Gebiet entwickelt wurden.

Es handelt sich um ein intensives und dynamisches Programm, das dazu beiträgt, die Fachleute des Gesundheitswesens auf den neuesten Stand zu bringen. Ein Kurs von 150 Unterrichtsstunden, der es den Studenten ermöglicht, die Vorteile, die Kontraindikationen und die Möglichkeiten der Ausführung von Tadasana, des Sonnengrußes, der stehenden Beugung der Wirbelsäule und der ausgleichenden Asanas zu entdecken.

Der Spezialist, der sich in die Biomechanik der Asanas im Stehen vertiefen möchte, wird von der Erfahrung eines internationalen Experten für Yoga-Therapie profitieren. Im Rahmen einer einzigartigen Meisterklasse tauchen die Studenten in die wichtigste Praxis ein, die von einer der erfahrensten Persönlichkeiten auf dem Gebiet der Asanas gelehrt wird.

Zweifellos eine einmalige Gelegenheit, sich durch ein flexibles und bequemes Universitätsstudium auf dem Laufenden zu halten. Und da es keine Anwesenheitspflicht im Klassenzimmer und keinen festen Stundenplan gibt, haben die Ärzte mehr Freiheit, ihre eigene Studienzeit zu gestalten und ihre täglichen Verpflichtungen mit einem hochmodernen Universitätsangebot in Einklang zu bringen.

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik der Asanas im Stehen** enthält das vollständigste und aktuellste wissenschaftliche Programm auf dem Markt. Die wichtigsten Merkmale sind:

- Die Entwicklung von praktischen Fällen, die von Yoga-Experten vorgestellt werden
- Der anschauliche, schematische und äußerst praxisnahe Inhalt vermittelt alle für die berufliche Praxis unverzichtbaren wissenschaftlichen und praktischen Informationen
- Praktische Übungen, bei denen der Selbstbewertungsprozess zur Verbesserung des Lernens genutzt werden kann
- Sein besonderer Schwerpunkt liegt auf innovativen Methoden
- Theoretische Vorträge, Fragen an den Experten, Diskussionsforen zu kontroversen Themen und individuelle Reflexionsarbeit
- Die Verfügbarkeit des Zugangs zu Inhalten von jedem festen oder tragbaren Gerät mit Internetanschluss



*Es handelt sich um eine einzigartige akademische Option, die flexibel ist und den Zugang zum Lehrplan rund um die Uhr über ein digitales Gerät mit Internetzugang ermöglicht*



*Die Verbesserung der Durchblutung, der Abbau von Stress und Ängsten sind nur einige der Vorteile dieses Studiums, das sich auf Asanas im Stehen konzentriert“*

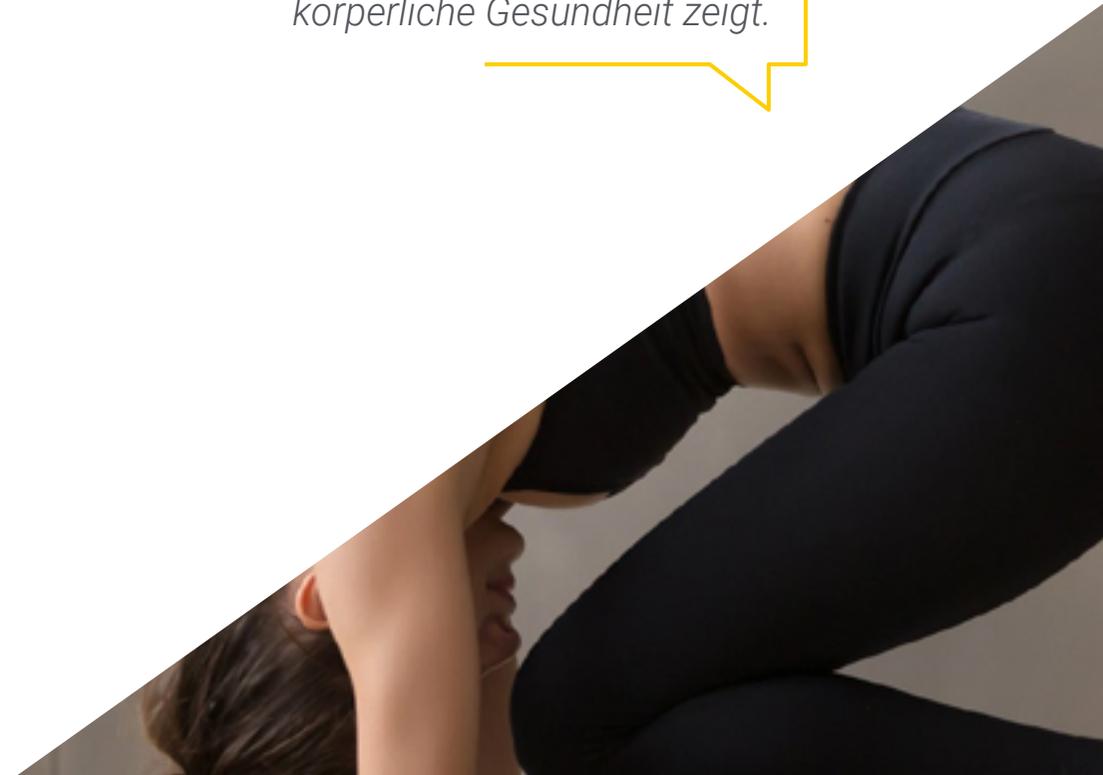
Das Dozententeam des Programms besteht aus Experten des Sektors, die ihre Berufserfahrung in diese Fortbildung einbringen, sowie aus renommierten Fachleuten von führenden Unternehmen und angesehenen Universitäten.

Die multimedialen Inhalte, die mit der neuesten Bildungstechnologie entwickelt wurden, werden der Fachkraft ein situiertes und kontextbezogenes Lernen ermöglichen, d. h. eine simulierte Umgebung, die eine immersive Fortbildung bietet, die auf die Ausführung von realen Situationen ausgerichtet ist.

Das Konzept dieses Programms konzentriert sich auf problemorientiertes Lernen, bei dem die Fachkraft versuchen muss, die verschiedenen Situationen aus der beruflichen Praxis zu lösen, die während des gesamten Studiengangs gestellt werden. Zu diesem Zweck wird sie von einem innovativen interaktiven Videosystem unterstützt, das von renommierten Experten entwickelt wurde.

*Ein Universitätsabschluss, der dem Weiterbildungsbedarf des medizinischen Personals entspricht.*

*Ein Programm, das den Sonnengruß mit all seinen Modifikationen und Vorteilen für die körperliche Gesundheit zeigt.*



# 02 Ziele

Das Hauptziel dieses Universitätskurses besteht darin, die umfassendsten und aktuellsten Informationen über die Biomechanik der Asanas im Stehen zu vermitteln, und zwar mit Hilfe der besten didaktischen Materialien, die derzeit auf dem akademischen Markt erhältlich sind. Auf diese Weise werden die Studenten in der Lage sein, diese Technik in therapeutische Verfahren zur Verbesserung der Flexibilität, zur Stärkung der Muskulatur der unteren Gliedmaßen oder zur Verbesserung des Gleichgewichts zu integrieren. Darüber hinaus werden sie dank der Nähe zu den Dozenten alle Zweifel über den Inhalt dieses Programms ausräumen können.





“

*Dank der Relearning-Methode von TECH werden Sie in der Lage sein, die langen Stunden des Studierens und Auswendiglernens zu reduzieren“*



## Allgemeine Ziele

---

- ♦ Integrieren der Kenntnisse und Fähigkeiten, die für die korrekte Gestaltung und Anwendung von Yogatherapietechniken aus klinischer Sicht erforderlich sind
- ♦ Erstellen eines Yoga-Programms, das auf wissenschaftlichen Erkenntnissen basiert
- ♦ Vertiefen der Asanas, die sich am besten für die Charakteristika der Person und die vorliegenden Verletzungen eignen
- ♦ Vertiefen in die Grundlagen der Biomechanik und deren Anwendung auf therapeutische Yoga Asanas
- ♦ Beschreiben der Anpassung der Yoga Asanas an die Krankheiten jeder Person
- ♦ Vertiefen des Studiums der neurophysiologischen Grundlagen bestehender Meditations- und Entspannungstechniken



*Ein Programm, mit dem Sie leicht in die wissenschaftliche Literatur über Biomechanik und die Praxis der Asanas im Stehen eintauchen können“*





## Spezifische Ziele

---

- ♦ Eintauchen in die biomechanischen Grundlagen von Tadasana und seine Bedeutung als Basishaltung für andere stehende Asanas
- ♦ Identifizieren der verschiedenen Variationen des Sonnengrußes und ihrer Abwandlungen und wie sie die Biomechanik der stehenden Asanas beeinflussen
- ♦ Aufzeigen der wichtigsten stehenden Asanas, ihrer Variationen und der korrekten Anwendung der Biomechanik, um ihre Vorteile zu maximieren
- ♦ Auffrischen der Kenntnisse über die biomechanischen Grundlagen der wichtigsten Wirbelsäulenbeugungen und seitlichen Beugungen und wie man sie sicher und effektiv ausführt
- ♦ Aufzeigen der wichtigsten ausgleichenden Asanas und wie Sie die Biomechanik nutzen können, um während dieser Haltungen Stabilität und Gleichgewicht zu erhalten
- ♦ Identifizieren der wichtigsten Bauchstreckungen und wie man die Biomechanik korrekt anwendet, um ihre Vorteile zu maximieren
- ♦ Eingehen auf die wichtigsten Dreh- und Hüftstellungen und wie man die Biomechanik anwendet, um sie sicher und effektiv auszuführen

# 03

## Kursleitung

Um ihr Engagement für die Vermittlung hochwertiger Studienabschlüsse aufrechtzuerhalten, führt TECH ein gründliches Auswahlverfahren für jeden einzelnen der Dozenten durch, die an diesem Programm beteiligt sind. So erhalten die Studenten, die sich für diese akademische Option entscheiden, ein effektives Update durch Inhalte, die von renommierten Experten in dieser physikalischen Disziplin erstellt wurden. Eine einzigartige Gelegenheit, die nur diese Institution, die größte digitale Universität der Welt, bieten kann.



“

*Ein Universitätskurs, der zu 100% online ist und aus den besten Experten der Yoga-Therapie besteht“*

## Internationaler Gastdirektor

Als Direktorin für Ausbilder und Leiterin der Fortbildung am Integral Yoga Institute in New York ist Dianne Galliano international eine der wichtigsten Persönlichkeiten in diesem Bereich. **Ihr akademischer Schwerpunkt lag vor allem auf therapeutischem Yoga, mit mehr als 6.000 dokumentierten Stunden Unterricht und Fortbildung.**

Zu ihren Aufgaben gehören Mentoring, die Entwicklung von Fortbildungsprotokollen und -kriterien sowie die Weiterbildung von Ausbildern des Integral Yoga Institute. Sie kombiniert diese Arbeit mit ihrer Rolle als Therapeutin und Ausbilderin in anderen Einrichtungen wie dem The 14TH Street Y, dem Integral Yoga Institute Wellness Spa und Educational Alliance: Center for Balanced Living.

**Ihre Arbeit erstreckt sich auch auf die Erstellung und Leitung von Yogaprogrammen, die Entwicklung von Übungen und die Beurteilung von Herausforderungen, die auftreten können.** Im Laufe ihrer Karriere hat sie mit vielen verschiedenen Personengruppen gearbeitet, darunter Männer und Frauen älteren und mittleren Alters, Menschen vor und nach der Geburt, junge Erwachsene und sogar Kriegsveteranen mit einer Reihe von körperlichen und geistigen Gesundheitsproblemen.

Für jeden von ihnen leistet sie eine sorgfältige und individuelle Arbeit. Sie hat Menschen mit Osteoporose, nach einer Herzoperation oder nach Brustkrebs, Schwindel, Rückenschmerzen, Reizdarmsyndrom und Fettleibigkeit behandelt. Auch besitzt mehrere Zertifizierungen, darunter E-RYT 500 von Yoga Alliance, Basic Life Support (BLS) von American Health Training und Certified Exercise Instructor vom Somatic Movement Centre.



## Fr. Galliano, Dianne

---

- Ausbilderin für Yoga-Therapie im The 14TH Street Y
- Yogatherapeutin im Integral Yoga Institute Wellness Spa in New York City
- Therapeutische Ausbilderin bei Educational Alliance: Center for Balanced Living
- Hochschulabschluss in Grundschulpädagogik an der State University of New York
- Masterstudiengang in Yoga-Therapie an der Universität von Maryland

“

*Dank TECH werden Sie mit den besten Fachleuten der Welt lernen können"*

## Leitung



### Fr. Escalona García, Zoraida

- Vizepräsidentin der Spanischen Vereinigung für Therapeutisches Yoga
- Gründerin der Air Core-Methode (Kurse, die TRX und Functional Training mit Yoga kombinieren).
- Ausbilderin in Yogatherapie
- Hochschulabschluss in Biowissenschaften an der Autonomen Universität von Madrid
- Ausbildung zur Lehrerin von: Ashtanga Yoga Progressiv, FisiomYoga, Myofasziales Yoga, Yoga und Krebs
- Kurs in Pilates Floor Pilates Instructor
- Kurs in Phytotherapie und Ernährung
- Kurs in Meditationslehrer



## Professoren

### Fr. Villalba, Vanessa

- ♦ Lehrerin bei Gimnasios Villalba
- ♦ Vinyasa Yoga- und Power Yoga-Lehrerin am Europäischen Institut für Yoga (IEY), Sevilla
- ♦ Aerial Yoga-Lehrerin, Sevilla
- ♦ Integrale Yoga-Lehrerin am IEY Sevilla
- ♦ Body Intelligence TM Yoga Level am IEY Huelva
- ♦ Yogalehrerin für Schwangerschaft und Wochenbett im IEY Sevilla
- ♦ Lehrerin für Yoga Nidra, Yogatherapie und Shamanic Yoga, Sevilla
- ♦ Basis-Pilates-Lehrerin von FEDA
- ♦ Lehrerin für Pilates am Boden mit Geräten
- ♦ Fortgeschrittene Technikerin für Fitness und Personal Training von der FEDA
- ♦ Ausbilderin für Spinning Start I von der spanischen Föderation für Spinning
- ♦ Ausbilderin für Power Dumbbell von der Aerobic and Fitness Association
- ♦ Chiropraktiker in Chiromassage von der Schule für Chiromassage und Therapien
- ♦ Fortbildung in Lymphdrainage durch PRAXIS, Sevilla

# 04

## Struktur und Inhalt

Der Studienplan dieses Universitätsprogramms wurde entwickelt, um den medizinischen Fachleuten eine vollständige Aktualisierung ihres Wissens über die Biomechanik der Asanas im Stehen und deren Vorteile und Kontraindikationen zu ermöglichen. Eine Aktualisierung, die dank eines Lehrplans, der 24 Stunden am Tag zur Verfügung steht und von jedem digitalen Gerät mit Internetanschluss abrufbar ist, viel einfacher zu erreichen ist.



“

*Steigern Sie Ihre akademische Erfahrung mit Hilfe der innovativsten Bildungstechnologie, die Sie in einem virtuellen Campus finden können. Schreiben Sie sich jetzt ein!"*

## Modul 1. Biomechanik der Asanas im Stehen

- 1.1. Biomechanik der Tadasana
  - 1.1.1. Bedeutung
  - 1.1.2. Vorteile
  - 1.1.3. Ausführung
  - 1.1.4. Der Unterschied zu Samasthiti
- 1.2. Biomechanik des Sonnengrußes
  - 1.2.1. Klassiker
  - 1.2.2. Typ a
  - 1.2.3. Typ b
  - 1.2.4. Anpassungen
- 1.3. Biomechanik der stehenden Asanas
  - 1.3.1. Utkatasana: Stuhlhaltung
  - 1.3.2. Anjaneyasana: tiefer Ausfallschritt
  - 1.3.3. Virabhadrasana I: Krieger I
  - 1.3.4. Utkata Konasana: Haltung der Göttin
- 1.4. Biomechanik der stehenden Asanas Wirbelsäulenbeugung
  - 1.4.1. Adho Mukha
  - 1.4.2. Pasrvotanassana
  - 1.4.3. Prasarita Padottanasana
  - 1.4.4. Uthanasana
- 1.5. Biomechanik der Asanas mit seitlicher Beugung
  - 1.5.1. Uthhita trikonasana
  - 1.5.2. Virabhadrasana II Krieger II
  - 1.5.3. Parighasana
  - 1.5.4. Uthitta ParsvaKonasana
- 1.6. Biomechanik der Asana-Balance
  - 1.6.1. Vkrisana
  - 1.6.2. Utthita bis Padangustasana
  - 1.6.3. Natarajasana
  - 1.6.4. Garudasana





- 1.7. Biomechanik der Bauchstreckung
  - 1.7.1. Bhujangasana
  - 1.7.2. Urdhva Mukha Svanasana
  - 1.7.3. Saral Bhujangasana: Sphinx
  - 1.7.4. Shalabhasana
- 1.8. Biomechanik der Extensionen
  - 1.8.1. Ustrasana
  - 1.8.2. Dhanurasana
  - 1.8.3. Urdhva Dhanurasana
  - 1.8.4. Setu Bandha Sarvangasana
- 1.9. Biomecánica der Torsionen
  - 1.9.1. Paravritta Parsvakonasana
  - 1.9.2. Paravritta trikonasana
  - 1.9.3. Paravritta Parsvotanassana
  - 1.9.4. Paravritta Utkatasana
- 1.10. Biomechanik der Hüfte
  - 1.10.1. Malasana
  - 1.10.2. Badha Konasana
  - 1.10.3. Upavista Konasana

“

*Die Multimediapillen liefern Ihnen qualitativ hochwertige Bilder über die Biomechanik der Hüften durch die Asanas, die in der Yoga-Therapie durchgeführt werden"*

# 05 Methodik

Dieses Fortbildungsprogramm bietet eine andere Art des Lernens. Unsere Methodik wird durch eine zyklische Lernmethode entwickelt: **das Relearning**.

Dieses Lehrsystem wird z. B. an den renommiertesten medizinischen Fakultäten der Welt angewandt und wird von wichtigen Publikationen wie dem **New England Journal of Medicine** als eines der effektivsten angesehen.



“

*Entdecken Sie Relearning, ein System, das das herkömmliche lineare Lernen hinter sich lässt und Sie durch zyklische Lehrsysteme führt: eine Art des Lernens, die sich als äußerst effektiv erwiesen hat, insbesondere in Fächern, die Auswendiglernen erfordern"*

## Bei TECH verwenden wir die Fallmethode

Was sollte eine Fachkraft in einer bestimmten Situation tun? Während des gesamten Programms werden die Studenten mit mehreren simulierten klinischen Fällen konfrontiert, die auf realen Patienten basieren und in denen sie Untersuchungen durchführen, Hypothesen aufstellen und schließlich die Situation lösen müssen. Es gibt zahlreiche wissenschaftliche Belege für die Wirksamkeit der Methode. Fachkräfte lernen mit der Zeit besser, schneller und nachhaltiger.

*Mit TECH werden Sie eine Art des Lernens erleben, die an den Grundlagen der traditionellen Universitäten auf der ganzen Welt rüttelt.*



Nach Dr. Gérvas ist der klinische Fall die kommentierte Darstellung eines Patienten oder einer Gruppe von Patienten, die zu einem "Fall" wird, einem Beispiel oder Modell, das eine besondere klinische Komponente veranschaulicht, sei es wegen seiner Lehrkraft oder wegen seiner Einzigartigkeit oder Seltenheit. Es ist wichtig, dass der Fall auf dem aktuellen Berufsleben basiert und versucht, die tatsächlichen Bedingungen in der beruflichen Praxis des Arztes nachzustellen.

“

*Wussten Sie, dass diese Methode im Jahr 1912 in Harvard, für Jurastudenten entwickelt wurde? Die Fallmethode bestand darin, ihnen reale komplexe Situationen zu präsentieren, in denen sie Entscheidungen treffen und begründen mussten, wie sie diese lösen könnten. Sie wurde 1924 als Standardlehrmethode in Harvard etabliert“*

Die Wirksamkeit der Methode wird durch vier Schlüsselergebnisse belegt:

1. Studenten, die diese Methode anwenden, nehmen nicht nur Konzepte auf, sondern entwickeln auch ihre geistigen Fähigkeiten durch Übungen zur Bewertung realer Situationen und zur Anwendung ihres Wissens.
2. Das Lernen basiert auf praktischen Fähigkeiten, die es den Studenten ermöglichen, sich besser in die reale Welt zu integrieren.
3. Eine einfachere und effizientere Aufnahme von Ideen und Konzepten wird durch die Verwendung von Situationen erreicht, die aus der Realität entstanden sind.
4. Das Gefühl der Effizienz der investierten Anstrengung wird zu einem sehr wichtigen Anreiz für die Studenten, was sich in einem größeren Interesse am Lernen und einer Steigerung der Zeit, die für die Arbeit am Kurs aufgewendet wird, niederschlägt.



## Relearning Methodology

TECH kombiniert die Methodik der Fallstudien effektiv mit einem 100%igen Online-Lernsystem, das auf Wiederholung basiert und in jeder Lektion 8 verschiedene didaktische Elemente kombiniert.

Wir ergänzen die Fallstudie mit der besten 100%igen Online-Lehrmethode: *Relearning*.



*Die Fachkraft lernt durch reale Fälle und die Lösung komplexer Situationen in simulierten Lernumgebungen. Diese Simulationen werden mit modernster Software entwickelt, die ein immersives Lernen ermöglicht.*

Die Relearning-Methode, die an der Spitze der weltweiten Pädagogik steht, hat es geschafft, die Gesamtzufriedenheit der Fachleute, die ihr Studium abgeschlossen haben, im Hinblick auf die Qualitätsindikatoren der besten spanischsprachigen Online-Universität (Columbia University) zu verbessern.

Mit dieser Methodik wurden mehr als 250.000 Ärzte mit beispiellosem Erfolg in allen klinischen Fachbereichen fortgebildet, unabhängig von der chirurgischen Belastung. Unsere Lehrmethodik wurde in einem sehr anspruchsvollen Umfeld entwickelt, mit einer Studentenschaft, die ein hohes sozioökonomisches Profil und ein Durchschnittsalter von 43,5 Jahren aufweist.

*Das Relearning ermöglicht es Ihnen, mit weniger Aufwand und mehr Leistung zu lernen, sich mehr auf Ihre Spezialisierung einzulassen, einen kritischen Geist zu entwickeln, Argumente zu verteidigen und Meinungen zu kontrastieren: eine direkte Gleichung zum Erfolg.*

In unserem Programm ist das Lernen kein linearer Prozess, sondern erfolgt in einer Spirale (lernen, verlernen, vergessen und neu lernen). Daher wird jedes dieser Elemente konzentrisch kombiniert.

Die Gesamtnote des TECH-Lernsystems beträgt 8,01 und entspricht den höchsten internationalen Standards.



Dieses Programm bietet die besten Lehrmaterialien, die sorgfältig für Fachleute aufbereitet sind:



#### Studienmaterial

Alle didaktischen Inhalte werden von den Fachleuten, die den Kurs unterrichten werden, speziell für den Kurs erstellt, so dass die didaktische Entwicklung wirklich spezifisch und konkret ist.

Diese Inhalte werden dann auf das audiovisuelle Format angewendet, um die Online-Arbeitsmethode von TECH zu schaffen. All dies mit den neuesten Techniken, die in jedem einzelnen der Materialien, die dem Studenten zur Verfügung gestellt werden, qualitativ hochwertige Elemente bieten.



#### Chirurgische Techniken und Verfahren auf Video

TECH bringt dem Studenten die neuesten Techniken, die neuesten pädagogischen Fortschritte und die aktuellsten medizinischen Verfahren näher. All dies in der ersten Person, mit äußerster Präzision, erklärt und detailliert, um zur Assimilation und zum Verständnis des Studenten beizutragen. Und das Beste ist, dass Sie es sich so oft anschauen können, wie Sie möchten.



#### Interaktive Zusammenfassungen

Das TECH-Team präsentiert die Inhalte auf attraktive und dynamische Weise in multimedialen Pillen, die Audios, Videos, Bilder, Diagramme und konzeptionelle Karten enthalten, um das Wissen zu vertiefen.

Dieses einzigartige Bildungssystem für die Präsentation multimedialer Inhalte wurde von Microsoft als "Europäische Erfolgsgeschichte" ausgezeichnet.



#### Weitere Lektüren

Aktuelle Artikel, Konsensdokumente und internationale Leitfäden, u. a. In der virtuellen Bibliothek von TECH hat der Student Zugang zu allem, was er für seine Fortbildung benötigt.





#### Von Experten entwickelte und geleitete Fallstudien

Effektives Lernen muss notwendigerweise kontextabhängig sein. Aus diesem Grund stellt TECH die Entwicklung von realen Fällen vor, in denen der Experte den Studenten durch die Entwicklung der Aufmerksamkeit und die Lösung verschiedener Situationen führt: ein klarer und direkter Weg, um den höchsten Grad an Verständnis zu erreichen.



#### Testing & Retesting

Die Kenntnisse des Studenten werden während des gesamten Programms regelmäßig durch Bewertungs- und Selbsteinschätzungsaktivitäten und -übungen beurteilt und neu bewertet, so dass der Student überprüfen kann, wie er seine Ziele erreicht.



#### Meisterklassen

Die Nützlichkeit der Expertenbeobachtung ist wissenschaftlich belegt. Das sogenannte Learning from an Expert festigt das Wissen und das Gedächtnis und schafft Vertrauen für zukünftige schwierige Entscheidungen.



#### Kurzanleitungen zum Vorgehen

TECH bietet die wichtigsten Inhalte des Kurses in Form von Arbeitsblättern oder Kurzanleitungen an. Ein synthetischer, praktischer und effektiver Weg, um dem Studenten zu helfen, in seinem Lernen voranzukommen.



06

# Qualifizierung

Der Universitätskurs in Biomechanik der Asanas im Stehen garantiert neben der strengsten und aktuellsten Ausbildung auch den Zugang zu einem von der TECH Technologischen Universität ausgestellten Diplom.



“

*Schließen Sie dieses Programm erfolgreich ab  
und erhalten Sie Ihren Universitätsabschluss  
ohne lästige Reisen oder Formalitäten"*

Dieser **Universitätskurs in Biomechanik der Asanas im Stehen** enthält das vollständigste und aktuellste Programm auf dem Markt.

Sobald der Student die Prüfungen bestanden hat, erhält er/sie per Post\* mit Empfangsbestätigung das entsprechende Diplom, ausgestellt von der **TECH Technologischen Universität**.

Das von **TECH Technologische Universität** ausgestellte Diplom drückt die erworbene Qualifikation aus und entspricht den Anforderungen, die in der Regel von Stellenbörsen, Auswahlprüfungen und Berufsbildungsausschüssen verlangt werden.

Titel: **Universitätskurs in Biomechanik der Asanas im Stehen**

Modalität: **online**

Dauer: **6 Monate**



\*Haager Apostille. Für den Fall, dass der Student die Haager Apostille für sein Papierdiplom beantragt, wird TECH EDUCATION die notwendigen Vorkehrungen treffen, um diese gegen eine zusätzliche Gebühr zu beschaffen.

zukunft

gesundheit vertrauen menschen  
erziehung information tutoren  
garantie akkreditierung unterricht  
institutionen technologie lernen  
gemeinschaft verpflichtung  
persönliche betreuung innovativen  
wissen gegenwart qualität  
online-Ausbildung  
entwicklung instituten  
virtuelles Klassenzimmer

**tech** technologische  
universität

**Universitätskurs**

Biomechanik der  
Asanas im Stehen

- » Modalität: online
- » Dauer: 6 Wochen
- » Qualifizierung: TECH Technologische Universität
- » Zeitplan: in Ihrem eigenen Tempo
- » Prüfungen: online

# Universitätskurs

## Biomechanik der Asanas im Stehen

