



# Luna Yoga® Training in Wien

---

## **Das Frausein auf dem Lebensweg freudvoll begleiten**

Im intensiven Beschäftigen mit Körper-, Atem- und Tanzübungen sowie Meditationen und Entspannungsformen erlebst Du Luna Yoga. An den Trainingsseminaren in einer Jahresgruppe von sechs bis zwölf Frauen wirst Du angeleitet und zum selbstständigen Praktizieren ermuntert. Während sich Kraft und Geschmeidigkeit auf der Körper-Seele-Geist-Ebene entfalten, erwachen Deine schöpferischen Fähigkeiten. Im kreativen Tun reift Deine eigenständige Abschlussarbeit heran. Sie ist Ausdruck Deiner Entwicklung während des inspirierenden Trainingsjahres.

### **2025/2026**

**Trainingsbeginn:** 1./2. März 2025

**Folgetermine:** 29./30. März, 26./27. April, 24./25. Mai, 28./29. Juni, 26./27. Juli, 30./31. Aug., 27./28. Sept., 6./7. Dez.

**Trainingsabschluss:** 14./15. Feb. 2026

**Info am:** 12. Januar bzw. nach Vereinbarung

### **Trainingsleitung**

Gyöngyi Hajdu, Luna Yoga Lehrerin und Trainerin mit 30-jähriger Yoga- und Meditationserfahrung.

### **Information zum Training**

Gyöngyi Hajdu

[www.luna-yogaweg.at](http://www.luna-yogaweg.at)

[info@luna-yogaweg.at](mailto:info@luna-yogaweg.at)

+43 (0) 680 215 05 57



# Luna Yoga® Ausbildung

## **Den Schatz des Luna Yoga weitergeben**

Die Ausbildung umfasst ein Trainingsjahr, ein Didaktisches Jahr und Seminare zu Philosophie, Anatomie und Sprache. Im ersten Jahr, dem Training, stehen das eigene Üben und der Aufbau der eigenen Übungspraxis im Vordergrund. Im zweiten Jahr geht es um die Didaktik, also darum, sich die Techniken des Luna Yoga Lehrens anzueignen. In beiden Lehrjahren wirst Du die Luna Yoga Grundlagen intensiv einüben und erforschen. Jahres- bzw. Abschlussarbeiten widerspiegeln Deine eigene Luna Yoga Entwicklung und zeigen Deine kreativen Kräfte. Der erfolgreiche Abschluss der zweijährigen Ausbildung qualifiziert Dich zum Unterrichten der Methode Luna Yoga.

## **XVI. Luna Yoga Ausbildung 2025–2027**

### **Einführungsseminar**

Hybrid aus Biel/CH am 12. Jan. 2025 mit Adelheid Ohlig

### **Infoseminare, laufend**

in Deutschland, Frankreich, Österreich und in der Schweiz mit den Luna Yoga Trainerinnen

### **Ausbildungsleitung**

Luna Yoga Begründerin Adelheid Ohlig und  
Co-Leiterin Dr. phil. Barbara Bötsch

### **Information zur Ausbildung**

[www.luna-yoga.com](http://www.luna-yoga.com)

[www.luna-yoga-netz.eu](http://www.luna-yoga-netz.eu)

