



# Programm für die Ausbildung in YIQUAN

## Stufe 2: Lehrer/in für YIQUAN (Stand: April 2017 – Änderungen vorbehalten)

### 1. Ausbildungsziele

Die Ausbildung zur/zum YIQUAN-Lehrer/in vertieft die Kenntnisse in den Bereichen der Gesundheitspflege und Meditation, schafft grundlegende Kenntnisse für YIQUAN als begleitende Therapie und legt einen Schwerpunkt auf die Kampfkunst.

Als ausgebildete/r Lehrer/in verfügen Sie über umfangreiche und intensive Eigentrainingerfahrung in den o.a. Grundpfeilern des YIQUAN. Dies befähigt Sie, die inneren Aspekte des YIQUAN anderen vermitteln zu können.

Als YIQUAN-Lehrer/in können Sie Anfänger/innen und Fortgeschrittene in Gruppen- und Einzelunterricht eigenständig und auf hohem Niveau unterrichten. Sie sind in der Lage, ein individuelles YIQUAN-Trainingsprogramm entsprechend der unterschiedlichen Bedürfnisse und Anforderungen der Klient/innen zu gestalten und zu vermitteln.

Die Integration von YIQUAN in eventuelle andere Berufe der Teilnehmer/innen ist erwünscht, in der Ausbildung erfolgt aber keine Spezialisierung.

### 2. Zielgruppe

YIQUAN stellt den Menschen als Ganzes und seine allseitige Entwicklung in den Mittelpunkt. Der Unterricht orientiert sich am traditionell chinesischen Unterrichtsstil.

Die Ausbildung richtet sich an Interessent/innen,

- die ihre Kenntnisse in YIQUAN erweitern und vertiefen wollen,
- die im Besonderen am Aspekt der inneren Kampfkunst interessiert sind,
- die sich in YIQUAN weiter qualifizieren wollen,
- die das eigene, intensive Training zur persönlichen Weiterentwicklung nützen möchten,
- die selbst unterrichten wollen,
- die sich ein zweites berufliches Standbein schaffen möchten,
- die YIQUAN als Erweiterung ihrer Fähigkeiten im privaten und beruflichen Bereich einsetzen wollen. Z.B. in den Bereichen:
  - Sport / Tanz / Kunst
  - Therapie / Pflege / Massage
  - Beratung / Coaching / Training
  - Pädagogik und Sozialberufe



### 3. Ausbildungsvoraussetzungen

- Abgeschlossene Ausbildung zur/zum YIQUAN-Kursleiter/in der YQGÖ oder eine gleichwertige Ausbildung
- Mindestalter bei Beendigung der Ausbildung: 23 Jahre
- Abgeschlossene Berufsausbildung oder Abschluss einer AHS oder berufsbildenden Schule
- Unbescholtenheit
- Bereitschaft zu einer tiefgehenden Arbeit an Körper und Geist

Wenn aufgrund besonderer Gegebenheiten o.a. Voraussetzungen nicht erfüllt sind, ist eine Zulassung zur Ausbildung in Ausnahmefällen möglich. Darüber entscheidet die Ausbildungsleitung.

### 4. Ausbildungsumfang

484 Unterrichtseinheiten (à 50 Minuten) innerhalb von drei Jahren. Diese Zeitspanne soll es Ihnen ermöglichen, die Ausbildungsinhalte in Ihr persönliches Leben einfließen zu lassen und sich persönlich weiter zu entwickeln. Der theoretische und praktische Unterricht im Ausmaß von 400 UE erfolgt in Form von 20 Wochenend-Seminaren. Dazu kommen 24 Std.(29 UE), Einzelarbeit, 20 UE Selbsterfahrung sowie extern zu absolvierende Fächer im Ausmaß von 35 UE.

Alle absolvierten Ausbildungsteile werden von der / vom Ausbildungsteilnehmer/in in einem Formular dokumentiert und vom Lehrtrainer geprüft sowie gegebenenfalls bestätigt.

#### **Regelung von Fehlzeiten**

Durchgehende Anwesenheit ist für einen optimalen Lernfortschritt obligatorisch. Um zur Diplomprüfung antreten zu können, werden Fehlzeiten von maximal 15% des jährlichen Gesamtstundenausmaßes akzeptiert. Ein höheres Ausmaß an Fehlzeiten muss in Form von Einzelarbeit mit dem Lehrtrainer innerhalb des betreffenden Ausbildungsjahres mit einem Schlüssel von 1:3 (1 UE im Einzelunterricht entspricht 3 UE Gruppenunterricht) eingebracht werden.

Von dieser Regelung sind die extern zu absolvierenden Fächer ausgenommen.

### 5. Ausbildungsinhalte

Die Ausbildung umfasst Theorie und Praxis. Schwerpunkt ist das eigene Erleben und Erfahren der Lehr- und Trainingsinhalte. Nur dies gewährleistet die Integration in das alltägliche Leben sowie die Weitergabe der Inhalte an andere. Theorie wird zu einem erheblichen Teil in die praxisorientierten Seminare integriert.

#### **Die Ausbildung gliedert sich in:**

1. Intensivseminare (Theorie und Praxis)
2. Extern zu absolvierende Fächer (Wahlfächer, Selbsterfahrung)
3. Selbständige Übungspraxis
4. Eigenständige Stoffbearbeitung
5. Präsentation und Gruppenreflexion
6. Eigenständige Unterrichtspraxis
7. Einzelarbeit mit dem Lehrtrainer



**ad 1. Themenüberblick über Theorie und Praxis der Intensivseminare**

- Zhan Zhuang, Shi Li und Mo Ca Bu werden aufbauend auf die Kursleiter-Ausbildung perfektioniert, vertieft und durch fortgeschrittene Übungsmethoden erweitert
- Spezifische Yi-Führung in Gesundheitstraining, Meditation und Kampfkunst
- Kompetentes und funktionales Praktizieren von Quan Fa und Zhang Fa
- Tui Fa
- Kompetentes und funktionales Praktizieren von Dan Tui Shou und Shuang Tui Shou
- Grundkenntnisse im Praktizieren von unterschiedlichen Formen des San Shou
- Die Verbindung von Tui Shou und Quan Fa sowie Zhang Fa
- Die Verbindung von Tui Shou und San Shou
- Grundkenntnisse im Praktizieren von Shisheng und Fa Li
- Einsatz von YIQUAN-Prinzipien in der realistischen Selbstverteidigung
- Interdisziplinäres Arbeiten mit anderen Berufsgruppen (Therapeut/innen, Ärzt/innen, Pädagog/innen, Trainer/innen etc.)
- Die Grundkonzepte der Traditionellen Chinesischen Medizin
- Andere Kampfkünste und deren Konzepte

**ad 2. Extern zu absolvierende Fächer**

- 30 UE Wahlfächer (Anatomie, Physiologie, Medizin(-systeme), Ernährung, Psychologie, Philosophie, Meditation, Qigong, Kalligraphie, Körperarbeit) in Absprache mit der Lehrgangsführung
- 05 UE Supervision in Absprache mit der Lehrgangsführung

**ad 3. Selbständige Übungspraxis**

Regelmäßiges selbständiges Üben ist unabdingbar. Die Überprüfung des Fortschrittes erfolgt durch den Lehrtrainer.

**ad 4. Eigenständige Stoffbearbeitung**

Als Ausbildungsteilnehmer/in bereiten Sie eigenständig Themen auf.

**ad 5. Präsentation und Gruppenreflexion**

Sie präsentieren unterschiedliche Fachthemen vor der Gruppe. Anschließend erfolgt eine gemeinsame Reflexion des Themas sowie der Demonstration.

**ad 6. Eigenständige Lehrtätigkeit**

Eigenständige Lehrtätigkeit im Ausmaß von 100 UE

**ad 7. Einzelarbeit / Supervision mit dem Lehrtrainer**

- Mindestens 24 Stunden à 60 min.
- Die Einzelarbeit hat supervisorischen Charakter und dient der Nachbesprechung der Unterrichtspraxis sowie der individuellen Korrektur und Förderung.
- Die Einzelarbeit ist extra zu bezahlen und sollte möglichst gut über die gesamte Ausbildungszeit verteilt werden.



#### **ad 8. Selbsterfahrung**

- 20 UE Selbsterfahrung in Absprache mit der Lehrgangsleitung (können optional auch extern absolviert werden)

## 6. Abschluss und Diplom

Die Ausbildung wird nach einer schriftlichen Arbeit und einer mündlichen sowie praktischen Prüfung mit einem Diplom der Yiquan und Qigong Gesellschaft Österreich (YQGÖ) abgeschlossen und zertifiziert. Die Ausbildung entspricht den Standards der IQTÖ (Interessenvertretung der Qigong, Taijiquan und Yiquan LehrerInnen Österreichs). Das Ablegen der Prüfung ist fakultativ. Ausbildungsteilnehmer/innen, die keine Prüfung ablegen, wird eine Teilnahmebestätigung über die absolvierten Ausbildungsteile ausgestellt.

#### **Zulassung zur Prüfung:**

- Termingerechte schriftliche Anmeldung zur Prüfung
- Nachweis aller vollständig absolvierten Ausbildungsinhalte gemäß Punkt 5
- Nachweis über die Einzahlung der gesamten Ausbildungs- und Prüfungsgebühr
- Sollten der praktische- und/oder der theoretische Teil der Prüfung nicht positiv absolviert worden sein, besteht für die Prüflinge die Möglichkeit max. drei Mal den jeweiligen Prüfungsteil nach individueller Terminvereinbarung auf eigene Kosten zu wiederholen.

Als diplomierte/r YIQUAN-Lehrer/in sind Sie zur selbständigen Weitergabe von YIQUAN in Form von

- Kursangeboten und Vortragstätigkeit im Rahmen der Erwachsenenbildung in den Bereichen
- klientenorientierter Einzelarbeit (personal coaching) sowie
- interdisziplinärer Zusammenarbeit mit anderen Berufsbildern (z.B. im Bereich der Gesundheitsvorsorge, Pädagogik, Sport, Kunst)

befähigt.

Für die Aufrechterhaltung des Lehrer/innen-Status innerhalb der YIQUAN und QIGONG Gesellschaft Österreich (YQGÖ) bedarf es einer regelmäßigen qualitätssichernden Fortbildung und jährlichen Zertifizierung.

Mit diesem Diplom sind Sie befähigt

- zur selbständigen Weitergabe von YIQUAN in Form von:
  - Kursangeboten und Vortragstätigkeit im Rahmen der Erwachsenenbildung

## 7. Ausbildungsleitung

#### **Walter Marek**

- Zertifizierter High Level Trainer für Yiquan der Zhongyi Martial Arts Academy Beijing;
- Vorsitzender und Cheftrainer für Yiquan und Qigong der YQGÖ (Yiquan und Qigong Gesellschaft Österreich);
- Lehrtrainer für Yiquan und Qigong der IQTÖ (Interessensvertretung der Qigong, Taijiquan und Yiquan Lehrenden Österreichs).



## 8. Termine und Kurszeiten

**Ausbildungsstart:** Die genauen Termine werden gesondert bekannt gegeben. Die akutellen Informationen sind unter [www.yiquan.at](http://www.yiquan.at) zu finden.

**Samstag:** 07:00 – 19:50 Uhr

**Sonntag:** 08:00 – 17:30 Uhr

**Pro Seminar:** 20 Unterrichtseinheiten à 50 min.

## 9. Ort

Die Wochenendseminare finden im Raum Wien / Umgebung statt, ein etwaiges mehrtägiges Seminar in Österreich.

## 10. Anmeldung und Info

Sie wollen an der Ausbildung teilnehmen? Kontaktieren Sie uns bitte – wir merken Sie gerne unverbindlich vor und informieren Sie rechtzeitig über die Info-Veranstaltung.

## 11. Kontakt

Für weitere Fragen sowie für die Zusendung der Anmeldeunterlagen steht Ihnen **Walter Marek** entweder telefonisch unter **0699-81755681** oder per Mail unter **walter.marek@kabsi.at** gerne zur Verfügung.