

Ausbildungsinhalte, Ort und Termine

Zentrum für Yoga und Buddhismus
Oelmühlenstrasse 13
33604 Bielefeld

Infoabend (bitte mit Voranmeldung)
Freitag, 16.11.2018, 19:00 Uhr

1	Die Reise beginnt. 7 Stufen zum Glück	01.-03.03.2019 Dharma Singh
2	Innere und äußere Haltung	05.-07.04.2019 Dharma Singh
3	Meditation und Aufstieg der Kundalini	31.05.-02.06.2019 Karta Purkh Kaur
4	Naad und Pranayama/ Lunge	28.-30.06.2019 Guru Sant Kaur
5	Herzraum und der Weg zum Guru	13.-15.09.2019 Dharam Gian K.
6	Verstehe deinen Geist	11.-13.10.19 Karta Purkh Singh
7	Yogische Lebensführung	29.11.-01.12.2019 Karta Purkh Singh
8	Ernährung und Entgiftung	24.-26.01.2020 Dharam Gian K.
9	Yogische Humanologie	28.02.-01.03.2020 Guru Sant Kaur
10	Finale Woche mit Köln	03.-10.04.2020 Dharma Singh Karta Purkh Kaur

Ausbilderteam



Karta Purkh Kaur
Freiburg
in 3HO e.V.



Dharma Singh
Freiburg
in 3HO e.V.



Dharam Gian K.
Bielefeld
in 3HO e.V.



Karta Purkh S.
Hamburg
in 3HO e.V.



Eva Guru Sant
Hamburg
in 3HO e.V.



pranajio.com

Kommende Ausbildungen und Workshops

Stufe 1

- Freiburg 07.12.2018
- Köln 18.01.2019
- Schweinfurt 02.11.2018
- Heilbronn 02.11.2018

Stufe 2

- Würzburg 01.02.2019
- Köln/Bielefeld 07.-10.02.2019
- Freiburg/Basel Herbst 2019

Yogatherapie von 3HO Deutschland
Modul 2 (3 WE) – Das Potenzial im Körper
wecken, Asanas und Dynamik

- München 12./13.01.2019

Dharmatraining

- Mitte Deutschland 24.-27.01.2019

Prana Jio Sommercamp

- Vogesen 29.08. - 05.09.2019

**Wenn du etwas lernen
willst – studiere es,
wenn du etwas wissen
willst – lies darüber,
wenn du etwas meistern
willst – unterrichte es.**

–YOGI BHAJAN

PRANA
jio

Kundalini Yoga Lehrerausbildung



KRI-Programm Aquarian Teacher 3HO
März 2019 - April 2020

Stufe 1 | Bielefeld

Leadtrainer Dharma Singh in 3HO e.V.

Kundalini Yoga wurde von Yogi Bhajan 1969 aus Nordindien in den Westen gebracht. Inzwischen gibt es eine weltweite Gemeinschaft mit einer Ausbildungsschule (Kundalini Research Institute) und 25000 international tätigen Kundalini Yoga LehrerInnen.

Die Ausbildung umfasst mindestens 220 volle Zeitstunden Unterricht und Praxis während 9 Ausbildungswochenenden und einer Intensiv-Sangat-Woche. Hinzu kommen noch deine eigene tägliche Yogapraxis und dein Selbststudium. Bei erfolgreichem Abschluss erhältst du das KRI Zertifikat Stufe 1 „Instructor“ und bist damit weltweit anerkannte Lehrkraft für Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. Damit qualifizierst du dich zur Mitgliedschaft in jeder nationalen und internationalen Vereinigung der Kundalini Yoga Lehrer (IKYTA und 3HO).

Kundalini Yoga Lehrerausbildung und dein persönlicher Weg

Die Ausbildung bietet dir die Inspiration, dich mit neuen Lebensformen, deinen Werten und deiner inneren Struktur auseinander zu setzen. Es geht darum, mit Hilfe von Mantras, Meditation und der Unterstützung durch deinen Körper, Ego und Mind in den Dienst deines Herzens zu stellen. Dabei spielt die Gruppe eine große Rolle in deinem Wachstumsprozess. Im gemeinsamen Tun (Seva) erleben wir unsere Einzigartigkeit und Gemeinsamkeit. Insofern ist die Ausbildung nicht nur für diejenigen die wirklich in Gruppen unterrichten wollen, sondern auch für alle, die ihre persönliche Yogaerfahrung vertiefen wollen und die Hintergründe des Yoga besser kennenlernen möchten.

Ziel unserer Ausbildung sind folgende Fähigkeiten

- eigene Ruhe und Kraft entwickeln/eigene Rückenbindung stärken
- Übungsreihen anleiten
- Übungen erklären
- Basiswissen über Yoga und Gesundheit
- Übungen und Meditationen für bestimmte Probleme
- Yogaphilosophie in der Praxis anwenden
- SchülerInnen bei Veränderungsprozessen begleiten

Es ist Dein Geburtsrecht,
glücklich zu sein.

–YOGI BHAJAN



Ausbildungskosten 2500,- Euro

Davon sind 250,- Euro als Anzahlung bei der Anmeldung zu zahlen.

Early Bird

Bei einer Anmeldung vor dem 15. Januar 2019 und Zahlung der gesamten Kursgebühr werden die 250,- Euro Anmeldegebühr erlassen.

Ratenzahlung/Sozialpreise auf Anfrage. Die Seminarhauskosten während der Intensivwoche sind extra und werden direkt vor Ort gezahlt.

Die Kursgebühr beinhaltet:
Unterrichtskosten, Seminarraumkosten, Organisation, Ausbildungsbuch Aquarian Teacher und Handbuch dazu, außerdem ein Jajji-Buch (Morgengebet).

Die Examensgebühr beträgt nochmals 200,- Euro und wird nur fällig wenn du am Examen teilnimmst.

Bankverbindung

Arne Raap-Mehl
Postbank Stuttgart
IBAN DE86 6001 0070 0965 0317 05
(Stichwort: "Stufe 1 Bielefeld")

Koordinatorin der Ausbildung

Bitte kontaktiere für weitere Informationen und für die Anmeldung:

Astrid Ewers Dharam Gian Kaur
05203 296530
0151 56870802
yogalehrerausbildungbielefeld@gmail.com

Anforderungen zur Teilnahme an der Abschlussprüfung

Jeder kann an der Ausbildung zum „Instructor“ teilnehmen. Die Ausbildung findet in einem Bausteinverfahren statt. Du kannst zwischendrin auch aussetzen oder einzelne Wochenenden in einer anderen Stadt nachholen. Es werden Studygroups gebildet, die sich immer einmal zwischen den Wochenenden treffen (auch per Skype oder Telko möglich). So kann das Gehörte und Erlebte gemeinsam reflektiert werden.

Wer sich für das Zertifikat als Kundalini YogalehrerIn qualifizieren möchte, muss folgende Anforderungen erfüllen:

- Mindestens 20 Stunden Unterrichtsteilnahme
- Teilnahme an einem Tag weißen Tantra
- Selbstverpflichtung zu den durch 3HO gegebenen ethischen und qualitativprofessionellen Richtlinien für Kundalini Yoga LehrerInnen
- Erstellen von 2 Kursplänen
- Anleitung von Yoga-Unterrichtsstunden innerhalb der Ausbildung
- Regelmäßige Yogapraxis

Die endgültige Einschätzung zum erfolgreichen Abschluss der Ausbildung des/der Studierenden basiert auf der Erfüllung der oben genannten Kriterien und der Gesamteinschätzung der Ausbilder.