AQUARIAN TEACHER 2024 in Berlin

KRI Kundalini Yoga LehrerInnenausbildung Stufe 1

Ausbildungsbeginn am Wochenende 16./17. März 2024

Inhalt:
- Unterrichtsziele
- Kosten
- Bezahlung
- Kriterien für die Zertifizierung
- Was zeichnet die Kundalini YogalehrerInnen Ausbildung aus?
- AusbilderInnen
- Daten und Zeitplan der Kurswochenenden
- Unterrichtsthemen
- Versicherung und Anmeldung

Unterrichtsziele:
- Verständnis der fundamentalen Natur, der Technologie und Konzepte des Kundalini Yoga
- Das Erleben einer transformierenden Erfahrung durch das Praktizieren dieser Lehren
- Entwicklung der Fertigkeiten, des Vertrauens und des Bewusstseins, die nötig sind, um Kundalini Yoga zu unterrichten
- Entwicklung eines Lebensstils der Bewusstheit
- Erfahrung eines Gefühls für Gemeinschaft mit anderen TeilnehmerInnen, örtlichen LehrerInnen und der 3HO weltweit

Kosten:

Die **Grundkosten** betragen 2.650,- €.
Darin enthalten sind:
- Die Gebühren des Lehrenden für den Unterricht
- Ausbildungstextbuch und Handbuch mit Übungen und Meditationen,
- Organisation
- Raummiete
- Prüfungsgebühren

Die Unterrichtskosten für die **Intensivwoche in Portugal (oder ein Alternativangebot in Deutschland oder online)** mit Shiv Charan Singh betragen zusätzlich 374,- €. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung liegen voraussichtlich bei 242,-€. Beide Beträge sind online auf der Seite www.quinta-do-rajo.pt nach dem ersten Ausbildungswochenende zu buchen und zu zahlen.

Die Kosten für **Weißes Tantra Yoga oder ein alternativer Meditations-tag** und den **Flug nach Portugal** sind nicht enthalten.

Bezahlung:

Die Anmeldegebühr von 500,- € sollte bei der Anmeldung überwiesen werden. Diese Summe wird nicht zurückerstattet, auch wenn der/die Anmeldende sich gegen die Teilnahme an der Ausbildung entscheidet. Der restliche Betrag von 2.150,- € ist vor dem ersten Kurswochenende zu überweisen.

Sollte jemand nicht in der Lage sein, die gesamte Summe auf einmal zu bezahlen, so kontaktiere er/sie mich für ein alternatives Zahlungsmodell. Ratenzahlungen sind möglich!

Wir vertreten eine Politik der Nichtdiskriminierung in Bezug auf Geschlecht, sexuelle Orientierung, Religion, Alter und ethnischer Zugehörigkeit. Wir behalten uns das Recht vor, StudentInnen abzulehnen aus Gründen der allgemeinen Nichteignung, ebenso wie den Ausschluss aus dem Kurs als Konsequenz aus unangemessenem oder diskriminierendem Verhalten.

Bedingungen zum erfolgreichen Abschluss des Kurses:

Folgende Voraussetzungen sind notwendig um das weltweit gültige Kundalini Yoga LehrerInnen-Zertifikat zu erhalten:

Kursgebühr: Die volle Bezahlung der Ausbildungsgebühr (Grundgebühr und Prüfungskosten).

Teilnahme an allen Wochenenden: Bei nicht Teilnahme an einzelnen Wochenenden können diese im nächsten Ausbildungszyklus nachgeholt werden. Die Maximaldauer der Ausbildung darf einen Zeitraum von zwei Jahren nicht überschreiten.

Weißes Tantra: Außerhalb der nachstehenden Stunden ist die Teilnahme an mindestens einem Weißen Tantra Tag erforderlich oder einem, zum späteren Zeitpunkt alternativen Mediationstag.

Ausbildungsstunden: Zu den mindestens 200 Stunden der Ausbildung gehören:
- Unterricht & Praxis (9 Wochenenden, 5 Tage intensive Ashram Erfahrung)
- 40 Tage Meditation und Yoga-Praxis (in einer Länge von 31 Min. in der freien Zeit des/der Teilnehmenden)
- 12 Lesestunden zur Verinnerlichung der Lehren
- Mindestteilnahme an 5 Sadhanas (12,5 Stunden) innerhalb der Ausbildung

Wichtige Literatur: Das Ausbildungsmaterial „The Aquarian Teacher". Weitere Empfehlungen sind die „Yogasutren des Pantanjali", andere Kundalini Yoga Bücher, Bücher zu den Chakren.

Zusätzlicher Unterricht: Es ist erforderlich, dass mindestens 20 Stunden Kundalini Yoga Unterricht bei KRI zertifizierten LehrerInnen während oder nach der Ausbildung genommen werden.

Einschätzung des Studierenden: Die endgültige Einschätzung des Studierenden bezüglich des Abschlusses der Ausbildung gründet sich auf den Abschluss der oben genannten Kriterien und der Gesamteinschätzung der Ausbilder von:
- der Beteiligung am Kurs (inklusive des Anleitens von mindestens zwei Yogaunterrichten innerhalb der Ausbildung)
- der Erfassung des praktischen Materials
- der Selbstverpflichtung auf die ethischen Richtlinien und die Qualitätsrichtlinien der 3HO
- dem zufriedenstellenden Ergebnis der Abschlussprüfung und der Hausaufgaben (s. unten)

Wenn angebracht, beinhaltet die Einschätzung ein Gespräch zwischen Studierendem und zwei Ausbildern.

Examen und Hausaufgaben:
- das Führen eines Tagebuchs bzgl. Erfahrung und Fortschritt, insbesondere in Hinblick auf die 40tägige Praxis.
- ein zufriedenstellendes Ergebnis des Examens.
- das Erstellen zweier Kurspläne.

Bewertung der AusbilderInnen: Die Studierenden sind angehalten, eine kurze, vertrauliche Bewertung aller Ausbilder des Kurses abzugeben. Diese werden an die Zentrale des Kundalini Research Institutes (KRI) weitergeleitet (optional).

Bei erfolgreicher Abschlussprüfung: Die/der TeilnehmerIn erhält das Zertifikat über den erfolgreichen Abschluss der KRI Stufe 1 „Instructor" und ist damit inter-national anerkannte Lehrkraft für das Unterrichten von Kundalini Yoga. Dies erlaubt das Eintreten in den Berufsverband für Kundalini Yogalehrende, sowohl auf internationalem (IKYTA) als auch nationalem Niveau (3HO Deutschland e.V.).

Was zeichnet die Kundalini Yoga LehrerInnen Ausbildung aus:

Kundalini Yoga ist eine kraftvolle Methode, um Energie und Ausgeglichenheit in deinem Leben zu etablieren. Lerne diese Werkzeuge und integriere sie in dein Leben und hilf anderen auf ihrem Weg, indem du ein(e) LehrerIn für Kundalini Yoga wirst, wie es ursprünglich von Yogi Bhajan gelehrt wurde.

Das Kundalini Research Institut (KRI) ist die internationale Trainings-organisation, die sich an den ursprünglichen Lehren von Yogi Bhajan orientiert. Unsere AusbilderInnen halten sich an die durch KRI vermittelten Qualitätsstandards.
https://kundaliniresearchinstitute.org/teacher-training/how-to-recognize-a-kri-certified-training/

Die Stufe 1 der LehrerInnenausbildung läßt dich tief in die Lehren des Kundalini Yoga blicken und befähigt dich dazu, Kundalini Yoga zu unterrichten. Mit der Stufe 2 und 3 kannst die diese Fähigkeit noch vertiefen.
https://kundaliniresearchinstitute.org/teacher-training/

Karam Kriya ist angewandte, yogische Numerologie, die von Yogi Bhajan abgesegnet und von Shiv Charan Singh, dem Leadtrainer dieser Ausbildung, nach jahrelangem Forschen entwickelt worden ist.
In der Ausbildung folgen wir einer sinnvollen Abfolge der Themen, die anhand der Zahlenlehre eine vollständige Sequenz ergeben.

Die AusbilderInnen: Alle Ausbilder freuen sich, mit Dir eine Technologie zu teilen, die den Ego-Verstand erobert und das Herz öffnet.

Shiv Charan Singh, LEAD TRAINER, ist seit den frühen 80er Jahren ein renommierter Lehrer des Kundalini Yoga und der angewandten Numerologie. Er reist kontinuierlich, um Karam Kriya zu unterrichten.

Er schrieb fünf Bücher, darunter ein Gedichtband und das Buch „Let the numbers guide you". Er ist Gründer der Karam Kriya School und berät Menschen jeden Tag.

Daljeet Kaur, professional Trainer, ist seit frühester Kindheit durch ihre Umgebung und eigenes Erleben in Berührung mit Spiritualität und Meditation. Mit Beginn des 18. Lebensjahres begann ihre bewusste spirituelle Reise und Findungsphase. Seither studiert und praktiziert sie verschiedene Schriften und Traditionen. Sie empfindet das Unterrichten als Berufung und Lebensaufgabe. Zertifizierte Kundalini Yoga Lehrerin ist sie seit 2006.

Sie begleitet Menschen in den verschiedensten Lebenslagen bei ihren Fragen und versteht sich als lebensnahe Lehrerin und Beraterin und energetische Heilerin. Seit 2012 bildet Daljeet Kaur in der Tradition des Kundalini Yogas LehrerInnen aus. Sie ist Mutter zweier Kinder und betreibt seit 2011 das Yogastudio (www.kreuzbergyoga.de) in Kreuzberg.

Kirpal Singh, Lead Trainer – Kirpal Singh praktiziert und unterrichtet Kundalini Yoga seid den 90er Jahren. Er ist ist Karam Kriya Ausbilder, Berater und Musiker.

Jaideep Singh, associate Trainer, seit 2008 KY-Lehrer und seit 2014 Ausbilder in der Kundalini Tradition. Er studiert und praktiziert außerdem Satnamrasayan und Breathwalk und ist als Karam Kriya Berater tätig.

Termine: Die Ausbildung umfasst **9 Wochenenden in Berlin**, sowie ein 5-tägiges Blockseminar im Ashram in Portugal oder ein alternatives Angebot in Deutschland oder online.

16./17. März
13./14. April
18./19. Mai
15./16. Juni
13./14. Juli
07./08. September
12./13. Oktober
09./10. November
07./08. Dezember

Prüfung: Anfang 2025.

Ashram Aufenthalt in Portugal: Es gibt Angebote in Deutschland, Portugal und online aus Portugal. Die Empfehlung ist, den Ashram kurz vor Ende der Prüfung bzw. nach der Prüfung wahrzunehmen. Wir werden gemeinsam als Gruppe entscheiden, welche Variante die beste für die einzelnen TeilnehmerInnen ist.

Tagesablauf:

Samstag
09:00 – 13:00 Unterricht
13:00 – 14:30 Uhr Mittagspause
14:30 – 18:00 Uhr Unterricht

Sonntag
06:00 – 08:00 Uhr Sadhana (je nach Möglichkeiten, wird empfohlen)
09:00 – 13:00 Uhr Unterricht
13:00 – 14:30 Uhr Mittagspause
14:30 – 16:00 Uhr Unterricht

Veranstaltungsorte:

Berlin: www.kreuzbergyoga.de
Portugal: www.quinta-do-rajo.pt

Alle Infos findest Du auch unter:
http://www.kreuzbergyoga.de/category/kundalini-yoga-ausbildung/

Bei weiteren Fragen: +49 (0) 157 77 57 38 01 oder
info@kreuzbergyoga.de

Unterrichtsthemen an den Kurswochenenden

Wochenende 1:
Definition von Yoga,
Identität eines Lehrers

- Einführung.
- Yogaarten, Absicht des Yoga.
- 7 Stufen zum Glück.
- Yogi Bhajan.
- Ursprünge und Grundlagen des Yoga, Stadien der Entwicklung.
- Professionellen Standards für Kundalini Yoga LehrerInnen.
- Die 16 Facetten eines Lehrers.

Wochenende 2:
Klang, Mantren,
Persönliche Praxis

- Shabd Guru – die Quantentechnologie des Klangs.
- Wassermannzeitalter, die Veränderungen und die Herausforderungen der Zeit.
- Mantren – ihre Bedeutung, Wirkungen.
- Sadhana – deine persönliche spirituelle Praxis.

Wochenende 3:
Yogische und westliche
Anatomie

- Westliche Anatomie: Körper Systeme, spezifische Organe und Drüsen, Atmung, Beispiele an Übungen.
- Yogische Anatomie: Tattwas und die dazugehörigen Organe, 5 Sinne, Meridiane, 5 Vayus. Nadis, Bandhas.
- Der Weg der Kundalini.
- Chakrensystem.

Wochenende 4:
Pranayama,
yogischer Lebenstil

- Atmung im Detail. Fortgeschrittenes Pranayama.
- Körper- Atem- Gehirn- (Bewusstsein).
- Yogischer Lebensstil.
- Ishnaan, Ernährung, Aufwachen, Schlaf.
- Macht/Geld/Sex. Abhängigkeit und wie Yoga hilft.
- Entspannung – ihre Bedeutung, verschiedene Techniken.

Wochenende 5:
Asanas

- Kriyas (Konzept und Praxis) und Asanas (Winkel, Dreiecke, Rhythmen).
- Die Wirkungen/Leistungen/Warnungen.
- Nabel. Ida/Pingala/Sushmana.

Wochenende 6:
Meditation und Geist

- Meditation, Typen, Stadien, Konzentration.
- Die acht Glieder des Patanjali.
- Die drei funktionalen Minds; Trainiere deinen Verstand.

Wochenende 7:
Bewusstsein und
Beziehung

- Humanologie (yogische Psychologie).
- Geburt, Lebenszyklen.
- Beziehungen: das höchste Yoga – aus der Perspektive der spirituellen Psychologie.

Wochenende 8:
Rollen und
Verantwortlichkeiten

- Rollen und Verantwortlichkeiten innerhalb und außerhalb des Unterrichts.
- Gruppenstruktur, Vorbereitung für Unterricht.
- Die Umgebung und die Stimmung gestalten und halten.
- Schwierige Fragen, schwierige Situationen.
- Vorbereitung der Klasse und des Lehrplans, Beziehung zu den StudentInnen, Verwaltung, Werbung, Gurudakshina.
- Unterrichten in unterschiedlichen Räumen, auf unterschiedlichen Levels und in unterschiedlichen Gruppen.
- Die goldene Kette. Die Kunst, StudentIn zu sein. 5 Schritte zur Weisheit.

Wochenende 9:
Yogische Philosophie,
Ursprünge des Yoga,
Selbstheilung und
Sterben

- Yogische Philosophie: ähnliche Ideen in unterschiedlichen Traditionen.
- Pantanjali, warum ist er wichtig.
- Fokus und Konzentration.
- Von der Selbstbeherrschung zur Erleuchtung.
- Tod und Sterben.

Ashram Experience:
Ein entspanntes &
bewusstes zehn-in-eins
menschliches Wesen sein

- Konzentration, Meister/Geheimnis.
- Zehn spirituelle Körper.
- Gemeinschaft und Kontinuität. Hilfsmittel für den/die LehrerIn.
- Antwort und Fragen.

ANMELDUNG FÜR DIE STUFE 1 AUSBILDUNG ALS KUNDALINI YOGA ANLEITERIN (Instructor)

Hiermit bewerbe ich mich um die Teilnahme an der oben beschriebenen Ausbildung als Kundalini Yoga Instructor.

Die Bedingungen bezüglich des Abschlusses des Kurses habe ich gelesen und verstanden.

Die nicht erstattbare Anmeldegebühr in Höhe von 500,- € habe ich auf folgendes Bankkonto überwiesen:

Daljeet Kaur Loncaric
IBAN: **DE51100500000190254645**
BIC: **BELADEBEXXX**
Kreditinstitut: **Berliner Sparkasse**

Ich habe verstanden, dass die Grundkosten in Höhe von 2.650,- € (in dem Betrag sind die 500,- € Anmeldegebühr inbegriffen), vor Beginn des ersten Ausbildungswochenendes (oder wie individuell vereinbart) auf o.g. Konto eingegangen sein muss.

Die Grundkosten beinhalten alle Kosten der Ausbildung wie den Unterricht, Ausbildungsbücher, Organisation, Raummiete und die Prüfungsgebühr.

Die Unterrichtskosten für die Intensivwoche in Portugal mit Shiv Charan Singh betragen zusätzlich 374,- €. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung liegen voraussichtlich bei 242,-€. Beide Beträge sind online auf der Seite www.quinta-do-rajo.pt zu zahlen.

Name .....

Adresse .....

PLZ .....

Telefon .....

mobil .....

Email .....

Haftungsausschluss

Nach bestem Wissen und Gewissen gibt es weder einen körperlichen noch geistig-seelischen medizinischen Grund, diese Ausbildung nicht zu absolvieren.

Ich verstehe, dass die Lehren Yogi Bhajans keinen Ersatz für medizinischen Rat darstellen.

.....
Datum, Unterschrift

Sende dieses Formular mit Deinem Brief jetzt an:

Daljeet Kaur
KREUZBERGYOGA
Lübbener Straße 9
10997 Berlin

oder schicke es per Email an: info@kreuzbergyoga.de

Für weitere Informationen kontaktiere Daljeet Kaur unter:
+49 (0) 157 77 57 38 01 oder info@kreuzbergyoga.de