

Yoga of Asana - Fortbildung für Kundalini Yoga Lehrer/-innen
März – Juli 2012

Anmeldeformular/Persönliche Daten/Information

Vorname, Nachname: _____

Spiritueller Name (wenn bekannt): _____

Adresse: _____

Postleitzahl/Ort: _____

Land: _____

Geburtsdatum: _____

Festnetz Nr. (privat).: _____

Mobil Nr.: _____

Email Adresse: _____

Bitte beschreibe Deine bisherige Yoga Erfahrung, sowie Aus- und Fortbildungen (Art und Zeitpunkt der Ausbildung, Lehrer, Zertifikat): _____

Deine bisherige Yoga-Unterrichtserfahrung (seit wann unterrichtest Du, wie häufig, Schwerpunkt-Themen?): _____

Warum hast Du Dich für die Yoga of Asana Fortbildung entschieden – was sind Deine Erwartungen und Ziele? _____

Hast Du dauerhafte oder chronische Beschwerden physischer und oder psychischer Art, bzw. nimmst Du Medikamente? _____

**Yoga of Asana - Fortbildung für Kundalini Yoga Lehrer/-innen
März – Juli 2012**

Informationen zur Teilnahme

Bitte beachte, dass die Anzahl der Teilnehmer pro Ausbildungskurs auf 25 Personen limitiert ist.

Wir empfehlen daher, Dich so bald wie möglich anzumelden.

Die Anmeldung bitte per e-Mail senden an: indra@k-yoga.de und als unterschriebenes Anmeldeformular per Post an: Kundalini Yoga Zentrum München e.V., z.Hd. Indra Kaur, Kaiserstraße 13, 80801 München.

Kontakt: Indra Kaur, Tel. 0177-2088323.

Teilnahme-Voraussetzung

-Teilnahmeberechtigt sind Kundalini Yoga Lehrer/-innen mit einer abgeschlossenen Lehrer Ausbildung Stufe 1 oder/und Stufe 2 (K.R.I.), sowie Auszubildende, die das erste Modul der Stufe 1 Ausbildung „Haltungen“ bereits abgeschlossen haben.

-Jede(r) Teilnehmer/-in wird von den Ausbildern eine persönliche Übungs-Praxis für zuhause bekommen, mit dem Ziel seine/ihre Haltungstechnik und Asana Praxis zu verbessern. Neben dieser Hausaufgabe, wird es eine Lektüreliste geben, mit den Fach-Büchern, die bis zum Examen zu lesen sind.

-Während der Ausbildungstage wird eine Beteiligung an der Gestaltung des morgendlichen Sadhana im Zentrum erwartet (zählt nicht zur Ausbildung).

Teilnahme- und Zahlungsbedingungen:

Ausbildungsgebühr:

1.200 Euro.

Ermäßigter Frühbucherpreis:

1.100 Euro bei Zahlungseingang des vollen Betrags bis spätestens 15.1.2012.

Du hast die folgenden Zahlungsoptionen (bitte ankreuzen):

- 1.100 Euro.** Ermäßigter Frühbucherpreis mit Einmalzahlung bis spätestens 15.1.2012.
- 1.200 Euro**
 - 1. Rate: 300 Euro **muss gleichzeitig** mit der Anmeldung **bis spätestens 15.1.2012** erfolgen und ist damit auch die Reservierung/Absicherung für den Fortbildungsplatz. Achtung: Die Anzahlung kann nicht zurückerstattet werden.
 - 2. Rate: 300 Euro bis spätestens 15.3.2012
 - 3. Rate: 300 Euro bis spätestens 15.4.2012
 - 4. Rate: 300 Euro bis spätestens 15.5.2012

Im Preis enthalten sind die 6 Module des Fortbildungs-Kursprogramm „Yoga of Asana“ (insgesamt 10 Ausbildungstage), die Abschlussprüfung, das Zertifikat, sowie ein umfangreiches Hand-Out in englischer Sprache (deutsche Übersetzung ist geplant).

Alle Zahlungen müssen per Überweisung erfolgen.

Bankverbindung: 3HO Deutschland e.V., AG Kundalini Yoga München, Konto 903-168219
BLZ 701 500 00, Stadtparkasse München, Stichwort "Yoga of Asana".
IBAN: DE71 7015 0000 0903 1682 19, BIC: SSKMDEMXXX.

Achtung: Ein Rücktritt von dieser Vereinbarung – egal aus welchen Gründen - ist nach Zahlung der Anmeldegebühr nicht mehr möglich, es sei denn, ein/e Ersatzteilnehmer/-in wird gestellt. Kann kein Ersatzteilnehmer gestellt werden, ist der Kursteilnehmer/die Kursteilnehmerin in jedem Fall verpflichtet, die komplette Fortbildungsgebühr zu entrichten. Auch bei einer Unterbrechung der Fortbildung muß die Kursgebühr regelmäßig weiter gezahlt werden.

Wichtig:

Mit der verbindlichen Anmeldung durch Unterschrift des Anmeldeformulars zur Yoga of Asana Fortbildung wird auch das Einverständnis mit den obenstehenden Zahlungsbedingungen erklärt.

**Yoga of Asana - Fortbildung für Kundalini Yoga Lehrer/-innen
März – Juli 2012**

Haftungsausschluß:

Der/die TeilnehmerIn übernimmt für sich selbst, für seine/ihre Aktivitäten und für seine/ihre Erfahrungen im Rahmen der Ausbildung die volle Verantwortung. Sollte er/sie Zweifel an seiner körperlichen oder psychischen Eignung haben, muß unbedingt vorab ein Arzt konsultiert werden. Eine Haftung für Schäden an Körper, Geist oder Seele ist ausgeschlossen.

Absage durch den Veranstalter

Bei Absage des Kurses von Seiten der Veranstalter werden nur etwaig überbezahlte Kurskosten zurückerstattet, wobei die 1. Rate davon ausgenommen ist. Kosten die für das Buchen/Stornieren von Unterkunft oder Anreise entstehen, werden nicht vom Veranstalter übernommen. Der Teilnehmer bucht diese auf eigene Kosten und auf eigenes Risiko.

Erklärung:

Hiermit erkläre ich, dass ich die Voraussetzungen für das oben aufgeführte Fortbildungsprogramm Yoga of Asana und seine Zahlungsmodalitäten und Teilnahmebedingungen gelesen, verstanden und akzeptiert habe und mich hiermit anmelden möchte.

Unterschrift: _____ Datum: _____

Verpflegung

Bei genügend großem Interesse, besteht die Möglichkeit, ein yogisch-vegetarisches Mittagessen, das frisch vor Ort zubereitet wird, zu bestellen. Kosten pro Mittagessen und Teilnahme sind 10 Euro. Sollten nicht genügend Teilnehmer daran interessiert sein, müssen wir von diesem Angebot leider zurücktreten und werden Dich darüber vor Kursbeginn benachrichtigen. Damit wir entsprechend planen können, bitten wir Dich um Deine verbindliche Bestellung:

Ja, ich möchte pro Kurstag ein yogisch-vegetarisches Mittagessen für 10 Euro bestellen.

Nein, ich verpflege mich selbst.

Unterschrift: _____ Datum: _____

Yoga of Asana - Fortbildung für Kundalini Yoga Lehrer/-innen März – Juli 2012

Termine

1. 30.3.-1.4.2012, Modul 1+2 (Sadhana Singh)
2. 5.-6.5.2012, Modul 3 (Avtar Kaur)
3. 9.-10.6.2012, Modul 4 (Ram Rattan Singh)
4. 20.-22.7.2012, Modul 5+6+Prüfung (Sadhana Singh)

Zur Beachtung: Themen und Inhalte der Module, sowie Einsatz der Lehrer können zeitlich verschoben werden.

Programm und Inhalte der 6 Module

- 1. Asanas im Kontext von Kriyas:**
 - Originalität und Exaktheit von Kriyas im Kundalini Yoga
 - Patanjali's 8-facher Pfad in der Asana-Praxis-
 - Fortgeschrittene Asanas und Kriyas 1
- 2. Grund-Prinzipien von Asanas als spiritueller Praxis in physischer Form:**
 - Asana mit Hingabe und Mitgefühl praktizieren
 - Video-/Foto-Aufnahmen, Teil 1
 - Kraft- und Flexibilitätstest, Teil 1
 - Surya Namaskara
- 3. Subtile Anatomie von Asanas**
 - die korrekte Form einer Asana aus den 5 Elementen entwickeln
 - die körperliche Mechanik einer Asana
 - Subtile Anatomie der Nadis, Meridiane, Muskeln und des elektro-magnetischen Feldes im Kontext von Asanas
 - Verstehen, wie über die subtile Anatomie bestimmte Wirkungen und Bewusstseinszustände erzielt werden
- 4. Angewandte Pathologie**
 - Häufige Erkrankungen und Einschränkungen des Muskel-/Skelett-Systems
 - Hilfsmittel, Modifikationen und Vorsichtsmassnahmen in der Asana Praxis
- 5. Asanas mit Hingabe und Mitgefühl praktizieren**
 - Asanas richtig korrigieren (sich selbst und andere)
 - Video-/Film Aufnahmen, um Fortschritte und Korrekturen zu identifizieren, Teil 2
 - Stärke- / Flexibilitätstest, Teil 2
 - Fortgeschrittene Asanas und Kriyas, Teil 2
- 6. Majestät und Meisterschaft durch die Haltung kommunizieren.**
 - lernen, richtig zu gehen und Ausrichtung der Haltung
 - Majestät kommunizieren und elektro-magnetisches Feld
 - Test und Manipulation der Nabel-Energie

Kursort:

Kundalini Yoga Zentrum München e.V.
Kaiserstraße 13, 80801 München
Telefon: +49 89 55293988
info@k-yoga.de, www.k-yoga.de

Yoga of Asana - Fortbildung für Kundalini Yoga Lehrer/-innen März – Juli 2012

Kurszeiten:

-2 Module in 3 Tagen: Freitag – Sonntag, jeweils 9:00 – ca. 19:00 Uhr
-1 Modul in 2 Tagen: Samstag – Sonntag, jeweils 9:00 – ca. 17:00 Uhr
Änderungen der Kurszeiten sind vorbehalten.

Unterrichtssprache

Ist englisch. Für deutsche Übersetzung wird gesorgt.

Für Übernachtung und Anreise muss eigeninitiativ und auf eigene Kosten gesorgt werden.

-Die Anreise erfolgt auf eigene Kosten und auf eigenes Risiko. Es wird empfohlen, mit öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen, da die Parkplatzsituation in München-Schwabing schwierig und teuer ist. Die nächste U-Bahn Station „Münchner Freiheit“ (U3/U6) ist nur wenige Fuss Minuten vom Yoga Zentrum entfernt.

-Für eine Übersicht mit Hotels und Pensionen in Nähe zum Yoga Zentrum, empfehlen wir: <http://www.hrs.de/web3/>. In Ausnahme- und Notfällen kann gegen eine Spende von 10 Euro auch im Yoga Zentrum übernachtet werden. Es gibt jedoch keine Dusche, sondern nur einfaches Waschbecken, ein eigener Schlafsack muß mitgebracht werden.

Zertifikat

Die Fortbildung Yoga of Asana im Rahmen des Programms „Crystallizing the Diamond“ wird von 3HO Deutschland zertifiziert. Ein Abschluss-Zertifikat erhalten alle Teilnehmer, die an allen 6 Modulen mit insgesamt 84 Unterrichtsstunden teilgenommen und die Abschlußprüfung erfolgreich bestanden haben.

Die Lehrer

Sadhana Singh

Lebt, studiert und praktiziert Kundalini Yoga in Rom. Ausbilder für Kundalini Yoga Lehrer und Autor zahlreicher Bücher, darunter „Leadership and Success“, das in Kürze veröffentlicht wird. Begründer und verantwortlicher Leiter des Fortbildungsprojekts „Crystallizing the Diamond“. Webseite: www.budokanin.com.

Avtar Kaur

Schülerin von Yogi Bhajan seit 1987. Gründerin von Shakti Dance und verheiratet mit Sadhana Singh. Kundalini Yoga Lehrerin und –Ausbilderin. Sat Nam Rasayan Heilerin und Ausbilderin.

Ram Rattan Singh

Arzt und Chirurg. Sat Nam Rasayan Heiler. Kundalini Yoga Lehrer und Ausbilder. Er widmet sich seit einiger Zeit, der Erforschung und dem Einsatz von Yoga und Meditation als begleitende Therapieform in Ergänzung zu traditionellen, schulmedizinischen Heilmethoden.