

3HO Akademie

Kundalini Yoga für ein neues Zeitalter

STUFE 1 GIESSEN/FRANKFURT

AUSBILDUNGSTERMINE

Die Ausbildung Stufe 1 umfasst 280 Unterrichtseinheiten (à 45 Minuten) in vier Grundkursen [GK] an 12 Wochenenden .

- [GK1] **Praxis & Unterricht**
25./26. Juni 2022
23./24. Juli 2022
17/18. September 2022
- [GK2] **Wirkweise & Therapie**
22./23. Oktober 2022
19./20. November 2022
17./18. Dezember 2022
- [GK3] **Yoga Psychologie & Humanologie**
28./29. Januar 2023
25./26. Februar 2023
25./26. März 2023
- [GK4] **Meditation & Philosophie**
22./23. April 2023
13./14. Mai 2023
17./18. Juni 2023
- [Examen] **15./16. Juli 2023**

AUSBILDUNGSZEITEN

Samstag, 9:00 bis 19:00 Uhr
Sonntag, 5:30 (Sadhana) bis 16:00 Uhr

AUSBILDUNGSORT

**Zentrum für Gesundheit und Bewegung
Mörfelder Landstr. 64 HH, 60598 Frankfurt**

Die Ausbildung ist als Präsenzzunterricht geplant. Sollten sich die diesbezüglichen gesetzlichen Bestimmungen ändern, könnte der Unterricht angepasst werden und „online“ erfolgen.

INFOTERMIN

Fr 13. Mai 2022, 18:00 Uhr (eventuell auch online)
Zentrum für Gesundheit und Bewegung,
Mörfelder Landstr. 64 HH, 60598 Frankfurt

FÖRDERPROGRAMME

Für die Ausbildung gibt es die Möglichkeit der Förderung aus Mitteln des Europäischen Sozialfonds. Bitte informiere dich über Fördermöglichkeiten in deinem Bundesland:

www.bildungspraemie.info/de/l-nderprogramme

Zusätzlich sind wir in vielen Bundesländern als Veranstalter für Bildungsurlaub anerkannt.

ÜBERREGIONALE INFORMATION

**Büro: 3HO Kundalini Yoga Lehrer*innenausbildung
Heinrich-Barth-Straße 1, 20146 Hamburg**

Wir sind von Dienstag bis Donnerstag erreichbar:

Telefon: +49 (0)40 / 45 06 02 92

Mail: info@3ho-kyla.de, Web: www.3ho-kyla.de

*Sage es mir und ich werde
es vergessen.*

*Zeige es mir und ich werde es
vielleicht behalten.*

*Lass es mich tun und ich
werde es können.*

Konfuzius, Chinesischer Philosoph, 551-479 v. Chr.

FEEDBACK von Teilnehmer*innen

*Durch die Lehrer*innenausbildung habe ich zum ersten Mal im Leben Gruppenbewusstsein und tiefe Freundschaften erfahren. So viele Lebensthemen werden behandelt und vieles ist auf das eigene Leben übertragbar. Ich kenne nun mein Entwicklungspotential und werde dieses aktiv und bewusst nutzen und mit Freude und Dankbarkeit wachsen. Viele Themen der Ausbildung möchte ich vertiefen. (S.I.K.)*

Hier war der „Sangat-Gedanke“, der Gemeinschafts-Gedanke, so lebendig, wie ich es am Anfang des Online-Moduls nicht für möglich gehalten hätte. Das war schon sehr inspirierend und intensiv. Von daher möchte ich alle ermutigen, auch diesen Weg über ein Online-Modul zu versuchen. (M.A.R.)

3HO Akademie

Kundalini Yoga für ein neues Zeitalter

STUFE 1 GIESSEN/FRANKFURT PRÄSENZ-AUSBILDUNG 2022/23

Fotos: Brigitte Sporer | Grafik: grafikundyoga.de



**Infotermin:
Fr 13. Mai 2022
18:00 Uhr**



YOGA ALS WEG

Neben Gesundheit und Vitalität bringt dir die Kundalini Yoga Lehrer*innen Ausbildung neue Impulse und ein waches Bewusstsein.

Zu lernen, Yoga zu lehren, bietet dir die Möglichkeit, dich als Yoga-Praktizierende*r weiterentwickeln zu können.

Ein guter Lehrer bleibt ein Schüler bis an das Ende seiner Tage.

Chinesisches Sprichwort

Deshalb dient die Ausbildung nicht nur dazu, später wirklich zu unterrichten. Sie ist ein Gewinn für alle, die ihre Yogaerfahrung und ihr Wissen erweitern möchten.

AKTUELLE STANDORTE

Kundalini Yoga Lehrer*innen Ausbildung Stufe 1



DIE 3HO AUSBILDUNG

Die 3HO Kundalini Yoga Lehrer*innen Ausbildung wird angeboten von einer Gruppe von Ausbilder*innen, die sich zu einem von ATA, KRI und 3HO Deutschland e.V. anerkannten Netzwerk verbunden haben, siehe für mehr Informationen: www.3ho-kyla.de



Unsere Ausbildung Stufe 1 „Instructor“ qualifiziert dich für das Unterrichten von Yogaklassen. Sie besteht aus vier Grundkursen:

1. **Praxis und Unterricht:** *Haltungen, Atem, Entspannung und intensive Yogapraxis*
2. **Wirkweise und Therapie:** *Chakren, Prana, Anatomie und ansatzweise Yoga Therapie*
3. **Yoga Psychologie:** *10 Körper, Geburt, Identität, Partnerschaft, Sterben aus Sicht des Yoga*
4. **Meditation und Philosophie:** *Mantren, Shuniya (no-mind), Karma, Wassermann-Zeitalter*

Jede*r kann an der Ausbildung zum „Instructor“ teilnehmen. Sie gliedert sich in vier Grundkurse und qualifiziert für den normalen Unterricht für Yoga Anfänger*innen. Es ist möglich einzelne Wochenenden in einer anderen Stadt nachzuholen.

Wer sich für das Zertifikat als anerkannte*r Kundalini Yoga Lehrer*in qualifizieren möchte, muss über das Absolvieren aller vier Grundkurse und des Exams hinaus mindestens ein Jahr selbst Kundalini Yoga Unterricht genommen haben und bei verschiedenen Lehrer*innen hospitieren – eine Freistellung davon ist allerdings in bestimmten Fällen möglich.

AUSBILDER*INNEN

[GK1, GK4,] Kartar Kaur Mahler

Zertifizierte Yoga Lehrerin und Ausbilderin. Leitung des Ausbildungs-Zentrums für Yoga, Musik und Heilung SAT KARTAR in Büdingen. Tierheilpraktikerin seit 1993, Organistin, Musik- und Stimmtraining. Kundalini- und Naad-Yoga Kurse, Einzeltermine, internationale Workshops und Seminare. KRI Professional.

[GK1, GK3,] Mandev Kaur Klöpfer

Kundalini Yoga Lehrerin seit 2012 und Gongspielerin, Cantienica® Anleiterin, Organisatorin der 3HO Kundalini Yoga LehrerInnen Ausbildung im Raum Stuttgart. KRI Associate.

[GK2, GK3,] Anja Lührs

Studium der Romanistik und Sportwissenschaften. Kundalini Yoga Lehrerin und Heilpraktikerin seit 1991. Dozentin an einer Heilpraktikerschule. Yogatherapeutin und Mitentwicklerin der 3HO Fachausbildung Yogatherapie. Kundalini Yoga Ausbilderin Stufe 1 in D/CH/S/PL/HU/CZ. KRI Professional.

[GK2, GK4,] Karta Purkh Singh Pomarius

Kundalini Yoga Lehrer seit 1993. Heilpraktiker seit 1998, in eigener Praxis. Therapeutisches Yoga und NLP. Geschäftsführer 3HO Deutschland e.V.

KOSTEN

Bei Anmeldung zur Ausbildung ist eine **Anmeldegebühr** von € 250,- zu entrichten.

Für die **Ausbildungsgebühren** sind folgende Zahlungen möglich:

- Zahlung der Gesamtsumme vor Ausbildungsbeginn: € 2.950,- oder
- Zahlung vor Beginn des jeweiligen Grundkurses: je € 752,50,- pro GK = € 3010,- oder
- Zahlung in 8 monatlichen Überweisungen à € 393,75 per Dauerauftrag ab Juni 2022 = € 3.150,-.

Die **Examensgebühr** beträgt € 200,-

Kontoverbindung: **3HO KYLA gGmbH**

IBAN: DE30100100100923631102, BIC: PBNKDEFF

Ggf. Zusatzinformation über Kosten Übernachtung/Verpflegung.

INFORMATION/ANMELDUNG

Jutta Nihal Kaur Winzig

Alt Bornheim 30, 60385 Frankfurt

Tel: 0163-3692688, Mail: nihalkaur@nexgo.de

KRI Leadtrainer*in dieser Ausbildung

Kartar Kaur Mahler, Mail: kartar@web.de