Kundalini Yoga LehrerInnen-Ausbildung 2016

Stufe 1

Wachse
und
Strahle

Vom Sein
zum
Erwachen

ARDAS

ARDAS Zentrum • Hamburg

Sei die Veränderung,
die Du sehen möchtest

Hast Du das Gefühl “da ist noch Luft nach oben“ in Deinem Leben? Spürst Du ein Bedürfnis Dich auszudehnen und mehr zu Dir zu kommen? Dich auf neue Erfahrungen einzulassen und Deine jetzige Komfortzone zu überprüfen?

Teilnehmerstimmen:

„Ich fing mit der Kundalini Yoga Lehrerausbildung an, ohne zu wissen, dass ich mich damit auf eine Reise zu mir selbst machte. Ein schöneres Ziel hätte ich mir nicht wünschen können. Ich fühle mich beschenkt und bin voller Dankbarkeit für alle Erfahrungen, die ich in diesem Jahr machen durfte.“ *Ester P.*

In jedem von uns wartet ein unendlicher Schatz, der geborgen werden möchte. Kundalini Yoga ist ein sehr machtvolles Werkzeug dafür. Strahle und werde so auch für andere zu einem Leuchtturm auf ihrem Weg.

Es gibt viele Motivationen – es gibt diesen Weg: die zertifizierte Kundalini Yoga LehrerInnen-Ausbildung des ARDAS. Unsere Ausbildung geht 2016 in die dreizehnte Runde. Wir freuen uns, unseren reichen Erfahrungsschatz mit Dir zu teilen.

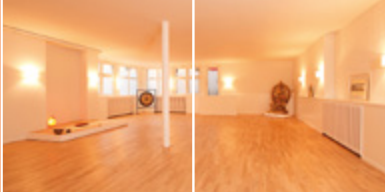
Es gibt nur eines im Leben zu erobern ... Dein Selbst

Yogi Bhajan

„Ich bin meinem Herzen gefolgt und fühle mich beschenkt! - Diese Ausbildung hat mein Leben verändert und wird mich in der Tiefe immer begleiten.“ Kerstin B.

„Viel gesehen, viel erlebt, viel gelernt, viel losgelassen ... unendlich viele Möglichkeiten für tiefe Erfahrungen ... der ultimative Weg zu Dir selbst und Deiner „wahren Bestimmung“ ... begegne dem unbekannten ... und lerne einfach zu vertrauen ... :-))“

Christian F.



Ausbildungsprogramm

Unterrichte – Berühre – Teile

Diese Ausbildung wendet sich an alle, die eine tiefere Erfahrung im Yoga und mit sich selbst machen wollen oder planen, auch selber zu unterrichten.

Die Ausbildungsstruktur

- 7 Ausbildungswochenenden (WE) im ARDAS, Freitag 19:00 Uhr bis Sonntag 17:00 Uhr
- 1 Intensivwoche (IW) in Frankreich*
- 4 Zwischentreffen (Fr. abends), Prüfung, Einzelfeedback, Abschluss-Feier
- persönliche Yoga- und Meditationspraxis

Unsere Ausbildung hat einen hohen Praxisbezug, denn Gelerntes wird erst durch Deine Erfahrung zu wirklichem Wissen.

Als eine Sangat (Gemeinschaft) praktizieren, lernen und essen wir gemeinsam. Jede/-r übernimmt Aufgaben zum Wohl der ganzen Gruppe (Seva). Optional kannst Du an den Wochenenden im ARDAS übernachten.

Diese Ausbildung wird in Kooperation mit der internationalen Amrit Nam Sarovar Schule (ANS) von Karta Singh & Team durchgeführt. In der Intensivwoche kommen alle Stufe 1-Ausbildungen von ANS aus ganz Europa zusammen, um Yoga in seinem ursprünglichsten und kraftvollsten Ausdruck - in der freien Natur – zu praktizieren.

Das gesamte Ausbildungsprogramm entspricht den internationalen Richtlinien (KRI/3HO). Mit dem Zertifikat der Stufe 1 erhältst Du die Berechtigung Kundalini Yoga zu unterrichten.

Termine

WE 1 04. - 06.03.2016 **Take a Stand** Innere und Äußere Haltung I, Yog. Anatomie I (Bhandas, Pranayama, ...), Yog. Philosophie I (Kosmologie, ...), Methodik und Didaktik des Yogaunterrichts	**WE 5** 26. - 28.08.2016 **Karma & Dharma** Vom Handeln zum Sein, Leben und Sterben aus yogischer Sicht, Heilung und Gesundheit, Grundlagen des Ayurveda
WE 2 15. - 17.04.2016 **Spirit on Tour** Yog. Philosophie II (Der Kreislauf & das Spiel des Lebens, Zeitalter, ...), Yog. Anatomie II (Dein Energiesystem, die 10 Körper, ...)	**WE 6** 14. - 16.10.2016 **Dein Weg und die Begleiter** Persönliche Meisterschaft, Der Meister - der Schüler - der Weg, Shabd Guru
WE 3 20. - 22.05.2016 **Dein Körper - Tempel Deines Lebens** Humanologie (Lebenszyklen, Partnerschaft & Wahre Liebe, Yog. Ernährung, ...)	**WE 7** 11. - 13.11.2016 **Live your Stand** Innere und Äußere Haltung II, Yog. Anatomie III
WE 4 17. - 19.06.2016 **I am – I am** Konzentration und Meditation, Eine andere Wirklichkeit	**IW** 02. - 10.07.2016 **Immersion Week*** Eine intensive yogische Erfahrungswoche in Frankreich

Quereinstieg bis zum WE 2 sowie Ausweichtermin für ein versäumtes Wochenende ggf. nach Absprache möglich.

*Intensivwoche auf der „Domaine Le Martinet“ in der Nähe von Grenoble (Frankreich), dem yogischen Landprojekt und Ashram von Karta Singh & Team.

Informationen zu unserer Stufe 2-Ausbildung bitte ggf. telefonisch oder per eMail erfragen.

Infoabende

jeweils Freitag, um 19:00 Uhr am:
2015: 11.09, 16.10, 20.11. **2016: 15.01, 19.02.**

Oder vereinbare einfach einen persönlichen Gesprächstermin mit uns.
Noch Fragen? Dann freuen wir uns über Deinen Anruf oder Deine eMail.

Fakten & Kosten

Ausbildungsgebühren Stufe 1: 1750.- €

60.- € Rabatt bei Anmeldung bis 17. Januar 2016
40.- € Rabatt bei Vorauszahlung der Gesamtkosten bis 26. Februar 2016

zzgl. 125.- € pro Wochenende
(für Raumkosten, vegetarische/ayurvedische Vollverpflegung, z.T. Gastlehrerhonorare, z.T. Arbeitsmaterialien, etc.)

zzgl. 315.- € für die Intensivwoche (exkl. Reisekosten)

Zahlbar: 840,- € Anzahlung mit Erhalt der Anmeldebestätigung (nicht rückerstattbar) sowie 6 Raten je 350,- € (April–September 2016). Alle Zahlungen werden per Lastschrift fällig. Abweichende Regelungen bedürfen der Schriftform.

Für die Zertifizierung sind weiterhin erforderlich:
- die Teilnahme an mind. 1 Tag Weißes Tantra Yoga
- Hospitationsstunden bei anderen erfahrenen Kundalini Yoga LehrerInnen
- die Erfahrung von 40 Tagen Sadhana in einem Block

Ausbilder/Team

Meher Singh, Ausbildungsleitung
Gründer des ARDAS-Zentrums,
zertifizierter Lead-Trainer (KRI),
Schwerpunkte: Meditation, Yogisches Coaching

Subagh Kaur, Ausbildungsleitung
Gründerin des ARDAS-Zentrums, zertifizierte Lead-Trainerin (KRI), Ausbildung in Ayurvedischer Ernährungslehre und Hawaiianischer Körperarbeit

Agochar Kaur, Assistentin
zertifizierte Yogalehrerin Stufe 1 & 2
Als Mentee (Trainerin in Ausbildung) begleitet sie mit Hingabe die Stufe 1 des ARDAS

Gobinde Singh, Gastdozent
zertifizierter Lead-Trainer (KRI),
Schwerpunkte: Yogische Anatomie und Haltungen

Jai Kartar Kaur, Gastdozentin
zertifizierte Lehrerin für Kundalini Yoga im ARDAS,
Schwerpunkte: Yoga „rund um die Schwangerschaft“,
Humanologie

Karta Singh & Team
der Amrit Nam Sarovar Schule (ANS) während der Intensivwoche in Frankreich

Unser ganzes Ausbildungsteam freut sich, Dich mit fundiertem Wissen und langjähriger Erfahrung zu unterstützen, um Dir so eine tiefe Erfahrung im Yoga zu ermöglichen.

Herzlich Willkommen. Wir freuen uns auf Dich!

ARDAS - Zentrum für Yoga & Gesundheit
Hohenesch 55-61 (im Hof)
22765 Hamburg-Ottensen
Tel. (040) 39 80 52 75 · info@ardas.de

www.ardas.de

Die Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich zur ARDAS LehrerInnen-Ausbildung Stufe 1 - 2016 an.

Die Teilnahme an allen Terminen der Stufe 1 ist Voraussetzung für die Zertifizierung.
Über die Zulassung zur Prüfung entscheidet die Ausbildungsleitung. Nur mit bestandener Prüfung, verbunden mit der vollständigen Zahlung der Gesamtkosten, besteht ein Anspruch auf ein Zertifikat.

Bitte beifügen: einen kurzen Bericht über Deine Motivation zur Teilnahme an der Ausbildung und Deinen bisherigen „Spirituellen Werdegang“ inkl. Erfahrungen im Kundalini Yoga sowie ein Passfoto oder anderes Foto von Dir.

Name.....Vorname.....geb. am.....

Straße.....PLZ/Ort.....

Telefon privat.....Telefon Mobil.....

eMail.....

Ort/Datum.....Unterschrift.....

Bitte vervollständige das Formular und sende es uns im Original unterschrieben zurück.