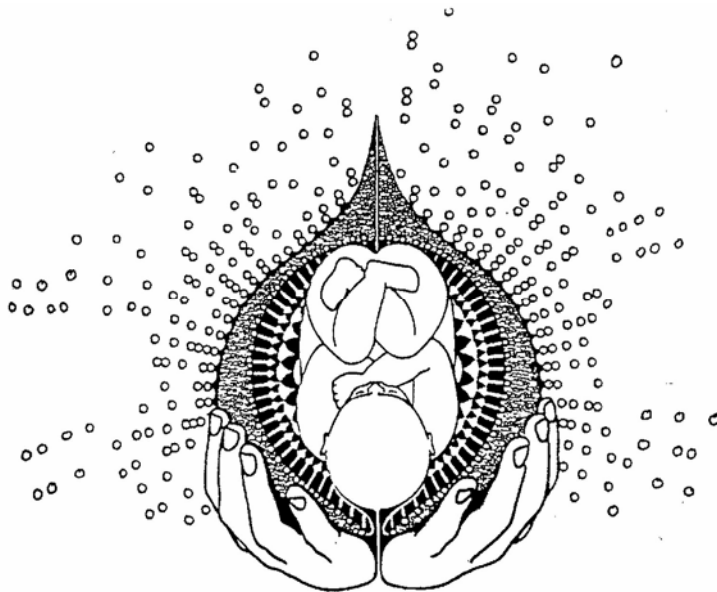


Ausbildungsprogramm

Kundalini Yoga Lehrerin für Schwangerschaft und Rückbildung
Fachausbildung der 3H Organisation Deutschland e.V.

M ü n c h e n 2018-2019



Ausbildungsleitung:

Bhagwati Kaur Pangerl

Freisinger Weg 31, 85375 Neufahrn

Tel.: +49 (0)8165 905 48 55

E-Mail: bhagwati@k-y-m.de

schwangerenyoga-muenchen@3ho.de

Homepage: www.schwangeren-yoga.com/Ausbildung

Inhaltsverzeichnis

Unser Anliegen	3
Eine Fachausbildung der 3H Organisation Deutschland e.V.,	3
Teilnahme an der Ausbildung	4
Anforderung an die Teilnehmerinnen	5
Ausbildungsinhalte	5
Zertifizierung	6
Besondere Situationen	6
Anmeldung und Kosten	7
Haftungsausschluss	8
Datenschutz	9
Das Ausbilderinnenteam	10/11
Veranstaltungsorte, Termine, Seminarzeiten	12/13
Anmeldungsformular	14/15
Nachweis der Hospitationen (Formular)	16
Feedback	17

Unser Anliegen

Die Tradition des Kundalini Yoga vermittelt einen Schatz an Wissen über Schwangerschaft, Geburt und Rückbildung, über männliche und weibliche Identität, Partnerschaft und Familie, Leben und Tod. Werdenden Eltern bieten die yogischen Lehren Anleitung zur Entwicklung von Körperbewusstsein, innerer Stärke und Gelassenheit.

Eine Frau, die Schwangerschaft und Geburt ihres Kindes als einen schöpferischen Akt erlebt, entwickelt mehr Selbstwertgefühl als Mutter und legt die Grundmuster von Selbstbewusstsein und Vertrauen in ihrem Kind an. Werdende Väter genießen ebenso Orientierungshilfen bei ihrer Rollenfindung. Sie suchen einen Weg, ihren Partnerinnen in dieser wichtigen Phase des Lebens nahe zu sein, gleichzeitig aber in ihrer eigenen Mitte zu bleiben und sich selbst weiterzuentwickeln.

Wir beschäftigen uns während der Ausbildung intensiv mit weiblichen Themen, praktizieren spezielle Meditationen für Frauen und kommen auch mit unserer eigenen urweiblichen Kraft intensiver in Kontakt. Wir vermitteln umfangreiches Wissen rund um Schwangerschaft, Geburt und Rückbildungszeit aus westlicher Sicht und auf der Basis der Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. In einer Zeit zunehmender Technisierung und Medikalisierung von Schwangerschaft und Geburt kann dieses alte Wissen Frauen und Paare darin unterstützen, angemessene eigene Entscheidungen zu treffen. Die Ausbildung befähigt Teilnehmerinnen, Frauen sicher und kompetent in Kursen und Beratung zu begleiten.

Eine Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.

Seit mehr als 35 Jahren gibt es die Fachausbildung „Kundalini Yoga in Schwangerschaft und Rückbildung“ der 3HO Deutschland e.V. Die 3HO ist eine Vereinigung von Kundalini Yogalehrenden mit dem Ziel, die Techniken des Kundalini Yoga durch Ausbildungen, Yoguevents und die Unterstützung der Yogalehrenden zu verbreiten. Die regionalen Lehrgänge der Fachausbildung „Kundalini Yoga in Schwangerschaft und Rückbildung“ in Hamburg, Berlin, München, Heilbronn und Wien werden in unterschiedlicher Gestaltung und von verschiedenen Teams geleitet. Alle Lehrgänge basieren auf der Geschäftsordnung für Fachausbildungen der 3HO e.V., die einen hohen Qualitätsstandard fordert, was Umfang und Tiefe des Inhaltes sowie die Qualifizierung und praktische Erfahrung der Lehrenden betrifft. Dies bedeutet u.a.

- Ein Umfang von mindestens 250 Unterrichtseinheiten, Anwesenheit und Selbststudium, Hospitationen und Yogapraxis
- Teamteaching durch zertifizierte Ausbilderinnen

- Unterstützend tätige Referentinnen
- Abschluss der Ausbildung mit einem Examen

Die Ausbildung umfasst zwei Module:

Modul Schwangerenyoga: 4 Blockwochenenden zu je 3 Tagen (FR Nachmittag/SA/SO)

Modul Rückbildungsyoga: 3 Wochenenden zu je 2 Tagen (SA/SO)

Es besteht die Möglichkeit nur an einem der beiden Module teilzunehmen. Bitte wegen Ausbildungspreisen je Modul erkundigen.

Examenswochenende: 2 Tage

Weitere Informationen zu Kundalini Yoga und 3HO findest du unter www.ky-bayern.de und www.3ho.de.

Teilnahme an der Ausbildung

Diese Fachausbildung richtet sich an

- Frauen, die die Ausbildung zur Kundalini Yoga Lehrerin Stufe 1 oder Stufe 2 abgeschlossen haben oder gerade an dieser Ausbildung teilnehmen;
- Frauen, die eine Yogalehrerausbildung einer anderen Tradition abgeschlossen haben;
- Frauen, die beruflich mit Schwangerschaft und Geburt befasst sind, wie Hebammen, Physiotherapeutinnen, Stillberaterinnen, Geburtsvorbereiterinnen und Kundalini Yoga bereits praktiziert haben;
- Frauen, die bereits Erfahrungen mit Kundalini Yoga gemacht haben und diese vertiefen wollen.

Alle Teilnehmerinnen sollten vor Beginn der Ausbildung oder spätestens während der Ausbildung regelmäßig an einem Kundalini Yoga Kurs teilnehmen. Interessentinnen, die noch gar keine Erfahrung mit Kundalini Yoga machen konnten, sprechen bitte die Ausbildungsleiterin an.

Die Ausbildung ist eine intensive Auseinandersetzung mit Yoga und Meditation und es wird von jeder Teilnehmerin erwartet, dass sie beides regelmäßig praktiziert. Dadurch wird auch der persönliche Prozess angestoßen und es kommt zu einer kritischen Reflexion der eigenen Rolle als Frau, Partnerin, Mutter, Fachfrau.

Anforderungen an die Teilnehmerinnen

- Praxis des Kundalini Yoga im Rahmen eines Yogakurses über mindestens 1 Jahr.
- Die Teilnahme an allen Ausbildungsblöcken ist gewünscht. In Ausnahmefällen können gefehlte Tage/Blöcke im nächsten Ausbildungszyklus nachgeholt werden. Eine Fehlzeit von 2 Tagen ist möglich.
- Tägliche Praxis spezieller Meditationen für Frauen jeweils über einen Zeitraum von 40 Tagen. Die Meditationen werden während der Ausbildung vorgestellt.
- Lektüre und Fachliteratur durcharbeiten
- Praktikum I Vorbereitung und Anleitung mindestens einer Yogastunde (Probeunterricht)
- Praktikum II Vorbereitung und Präsentation von Referaten
- Erstellung eines Kurskonzeptes für 10 Schwangerenyogastunden für Anfängerinnen
- Regelmäßige Treffen in Studygroups zur Bearbeitung von Hausaufgaben, gegenseitigem Unterrichten und Austausch
- Hospitation in einem Geburtsvorbereitungskurs
- Hospitation in Schwangerenyoga- sowie Rückbildungsyogakursen (insgesamt 10 Yogastunden).
- Wenn sich die Situation ergibt, ist die Begleitung von Geburten sehr schön und bereichernd.

Sollten besondere Lebensumstände das Erfüllen dieser Anforderungen nicht möglich machen, dann bitte die Ausbildungsleitung um ein persönliches Beratungsgespräch.

Ausbildungsinhalte

Die Fachausbildung umfasst u.a. folgende Themenbereiche

- Grundlagen des Kundalini Yoga in Schwangerschaft und Rückbildungszeit
- Wirkung von Asana, Pranayama und Meditation
- Kontraindizierte Übungen
- Wahrnehmung und Stärkung des Beckenbodens im Yogaunterricht
- Kraft und Würde einer Frau
- Yogische Begleitung der Schwangerschaft
- Pränatale Diagnostik
- Geburtsvorbereitung mit Yoga
- Geburtsverlauf, Atmung, Gebärhaltungen

- Schmerzbewältigung mit Yoga
- Rückbildungszeit - Veränderungen nach der Geburt
- Mutter sein – Frau bleiben
- Bewusste Elternschaft und yogische Familienbildung
- Selbstverständnis als Yogalehrerin
- Kurskonzepte und Kursgestaltung

Zertifizierung

Die Ausbildung wird mit einem Examenswochenende abgeschlossen. Über eine Zulassung zum Examen entscheidet das Ausbildungsteam. Das Examen umfasst

- Praktische Kurzlehrprobe
- Vortrag (schriftlich ausgearbeitet)
- Mündliche Beantwortung von Fragen zu den Grundlagen des Schwangerenyoga und des Rückbildungsyoga, Grundwissen zu physiologischem und pathologischem Geschehen während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sowie Methodik und Didaktik in Kursen rund um die Geburt
- Ein persönliches Auswertungs- und Beratungsgespräch mit Ausbilderinnen

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung, positivem Examen und Erfüllung aller Formalien, wie die vollständige Bezahlung der Gebühren, Nachweis der Praktika und Hospitationen und Fehlzeiten von nicht mehr als 2 Tagen erhält die Teilnehmerin ein Zertifikat der 3H Organisation Deutschland e.V.

Besondere Situationen

Teilnehmerinnen, die nicht die Stufe I der Kundalini Yoga Lehrerausbildung abgeschlossen haben oder gerade daran teilnehmen, sind verpflichtet am Grundlagenwochenende teilzunehmen.

Teilnehmerinnen, die nicht eine grundständige Yogalehrerausbildung abgeschlossen haben, sind durch die Ausbildung nur qualifiziert, Yogakurse rund um die Geburt anzuleiten, nicht jedoch allgemeine Yogakurse. Diese Qualifikation kann durch die Teilnahme an der Ausbildung zur Lehrerin für Kundalini Yoga Stufe I erworben werden.

Teilnehmerinnen, denen die Hospitation von Yogakursen oder eine Teilnahme an Treffen der Kleingruppen (Studygroups) nicht möglich ist, sprechen bitte die Ausbildungsleiterin an.

Fehlzeiten von mehr als 2 Tagen müssen in einer folgenden Ausbildung nachgeholt werden.

Anmeldung und Kosten

Im Vorweg findet ein persönliches Gespräch mit einer der Ausbilderinnen des Teams (S. 10/11) oder der Ausbildungsleiterin (Tel.Nr./Mailadresse siehe Seite 2) statt.

Information unter schwangerenyoga-muenchen@3ho.de .

Die Kosten für die Ausbildung und die Teilnahme am Grundlagenwochenende sind dem beigefügten Anmeldeformular zu entnehmen. Zusätzliche Kosten für Lehrmaterialien wie Kopien oder Bücher werden sicherlich entstehen. Für die Ausbildungsblöcke im Seminarhaus fallen Kosten für Übernachtung und Verpflegung an, die direkt mit dem Haus abgerechnet werden.

Die Anmeldung ist verbindlich, sobald das unterzeichnete Anmeldeformular vorliegt. Sollte eine Teilnehmerin die Ausbildung unterbrechen, ist die Gebühr weiterhin fällig. Jedoch kann die Ausbildung bei ausreichendem Platz in einem nachfolgenden Ausbildungszyklus, evtl. auch in einer anderen Stadt mit derselben Ausbildungsstruktur fortgesetzt werden.

Die 3H Organisation Deutschland e.V. behält sich vor, dass bei Zahlungssäumnis Kursteilnehmerinnen von der weiteren Teilnahme der Ausbildung ausgeschlossen werden können.

Es besteht die Möglichkeit, dass ein Ausbildungslehrgang von Seiten der 3HO Deutschland e.V. verschoben oder abgesagt werden muss. Bereits überwiesene Gebühren werden in diesem Falle erstattet. Bei Verschiebung des Seminars oder auch Wechsel der Referentin können keine Ansprüche gegenüber der 3HO Deutschland e.V. geltend gemacht werden.

Haftungsausschluss

Die Seminare werden von den Referentinnen nach bestem Wissen und Gewissen ausgeführt. Im Zweifelsfall, bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen oder Vorerkrankungen, sind die Voraussetzungen zur Teilnahme ärztlich abzuklären.

Für Unfälle während des Seminars und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort, sowie für den Verlust oder Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Kursleiterin gegenüber den Teilnehmenden keinerlei Haftung.

Die Teilnehmerin verpflichtet sich vor Antritt der Ausbildung, Krankheiten physischer und psychischer Natur der Ausbildungsleitung mitzuteilen. Die Leitung behält sich das Recht vor, zum Schutze der anderen Teilnehmerinnen und des Trainerteams, eine

Teilnahme zu verweigern. Sollte diese Mitteilungspflicht verletzt werden, so übernimmt die Teilnehmerin für alles daraus Entstandene die volle Verantwortung und Haftung.

Alle in der Ausbildung vermittelten Methoden dienen der persönlichen und spirituellen Weiterentwicklung. Jede Teilnehmerin übernimmt dabei die Verantwortung für sich selbst und entscheidet aus dieser Verantwortung heraus, wie weit sie sich auf die Prozesse der Selbsterfahrung, sowie der daraus entstehenden Veränderungen, einlässt. Die angebotenen Leistungen erfolgen unter Ausschluss jeder Haftung und unter Ausschluss jeder Gewährleistung.

Im Laufe eines Seminars können persönliche oder berufliche Umstände der Teilnehmerinnen zur Sprache kommen. Die Teilnehmerinnen sind verpflichtet, über solche Umstände außerhalb des Seminars grundsätzlich Stillschweigen zu bewahren.

Die angebotenen Leistungen wie Yogaübungen und Meditationen sind Bestandteil der tradierten Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan und stellen keine medizinische, psychiatrische oder psychologische Behandlung dar. Die angebotenen Leistungen können eine notwendige Behandlung durch Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen. Im Rahmen der angebotenen Leistungen werden keine Diagnosen gestellt und keine Heilversprechen abgegeben. Wenn der Eindruck entsteht, dass eine bestimmte Leistung zur Behandlung von Erkrankungen geeignet wäre, so handelt es sich nicht um ein Heilversprechen, sondern um die persönliche Meinung der Referenten oder einen Ausdruck der tradierten Lehren des Kundalini Yoga.

Datenschutz

Persönliche Daten wie Namen und Adressen werden nur innerhalb der Ausbildung an Referentinnen oder Ausbildungsteilnehmerinnen zu Ausbildungszwecken sowie an die 3HO-Arbeitsgruppe Kundalini Yoga Bayern in München zu Abrechnungszwecken weitergegeben. Unbefugte Dritte haben keinen Zugang zu den persönlichen Daten der Teilnehmerinnen.

Das Ausbilderinnen Team

Bhagwati Kaur Pangerl (BK)

Tel.: +49 8165-9054855

E-Mail: bhagwati@k-y-m.de



geboren 1955, verheiratet seit 1976,
zwei erwachsene Kinder,
Großmutter eines Enkelsohnes,
Ausbildungsleiterin der Ausbildungen in München,
Heilbronn, Regensburg, Wien und Linz,
Heilpraktikerin mit Schwerpunkt Homöopathie und
Frauengesundheit
Kundalini Yoga Lehrerin seit 1994
Leadtrainerin der Kundalini Yoga LehrerInnen
Ausbildung Stufe 1
Mitbegründerin und langjährige Leiterin der
3HO-Arbeitsgruppe Kundalini Yoga Bayern

Har Dyal Kaur Utz (HDK)

Tel.: +49 7134 917082

E-Mail: info@sabine-utz.de

www.sabine-utz.de



geboren 1959 in Heilbronn, zwei Töchter,
zwei Enkelkinder, ex. Krankenschwester,
Ernährungsberaterin, Heilpraktikerin mit dem
Schwerpunkt therapeutische und spirituelle
Begleitung in Krisen und Veränderungsprozessen.

Kundalini Yoga Lehrerin seit 1996
Ausbildung in spiritueller Krisenintervention/
Dharmatraining, Ayurveda, Homöopathie und
energetischer Heilarbeit

Sant Subagh Kaur Schießl (SSK)

Tel.: +49 174 1735217

E-Mail: erikaschiessl24@gmail.com

www.schwangerenyoga.de



geboren 1969, verheiratet, 4 Kinder, 3 Enkelkinder
Kundalini Yogalehrerin Stufe 1 & 2, Doula in DiD
e.V., Koordinatorin der 3HO Kundalini Yoga
LehrerInnen Ausbildung Stufe 1,
Kerngruppenmitglied der Arbeitsgruppe Kundalini
Yoga Bayern, Gründungsmitglied des Kundalini
Yoga Zentrums München e.V.

Meine Leidenschaft: Frau sein, Frauen in allen
Lebenslagen begleiten, im Austausch mit Frauen
sein, Schwesternschaft.

Mata Mandir Kaur Faki (MMK)

Tel.: +49 89 31770737

E-Mail: manuela@faki.de



geboren 1972, verheiratet, 3 Töchter, gelernte
Bankkauffrau, Kundalini Yoga Lehrerin Stufe 1 & 2,
Sat Nam Rasayan Stufe 1 & 2, Kinderyogalehrerin,
2011 Mitgründerin des Yogateams Yoga-Together-
One.

Ich unterrichte leidenschaftlich, unterstütze gern
und liebe Frauengemeinschaften.

Veranstaltungsort: Mahatma Yogazentrum, Danziger Str. 1, 82194 Gröbenzell,
Homepage: www.mahatma-yoga.de

Infonachmittag: Freitag, 20. Juli 2018, 16 – 18 Uhr

Termine der Ausbildungswochenenden

Grundlagen-WE	SSK	6./7. Oktober 2018
SY 1	BK	16. – 18. November 2018
SY 2	SSK	18. – 20. Januar 2019
SY 3	HDK	8. – 10. März 2019
SY4	BK	3. – 5. Mai 2019
RY1	MMK	29./30. Juni 2019
RY2	SSK	20./21. Juli 2019
RY3	HDK	14./15. September 2019
Examen	BK, SSK	12./13. Oktober 2019

Seminarzeiten:

Grundlagenwochenende: voraussichtlich Samstag 10 – 18 Uhr Unterricht,
Sonntag 6 – 8 Uhr Sadhana, 9.30 – 17 Uhr Unterricht. Mittagspause nach Bedarf.

SY Module

Freitag:

Beginn 14 Uhr bis ca. 19 Uhr

Samstag:

6.00 – ca. 8.30 Sadhana (Jap Ji – ein langes Mantragedicht lesen, eine Yoga-Übungsreihe, Mantras singen)

8.30 – 9.30 Frühstückspause

9.30 – 13 Uhr Unterricht, Mittagspause 13 – 14.30 Uhr,

14.30 – 18.30 Uhr Unterricht, Abendpause 18.30 – 19.30 Uhr,

19.30 – ca. 21.00 Uhr Unterricht (bei Bedarf wird die Abendpause verkürzt und das Unterrichtsende ist früher)

Sonntag:

Beginn wie Samstag, 9.30 – 12.30 Unterricht, Mittagspause bis 14 Uhr,

14 – 16 Uhr Unterricht

RY Module

Samstag:

9 – 13 Uhr Unterricht

13 – 14.30 Uhr Mittagspause

14.30 – 18.30 Uhr Unterricht

18.30 – 19.30 Abendpause

19.30 – ca. 21.00 Uhr Unterricht (evtl. Abendpause weglassen, Unterrichtsende früher)

Sonntag:

6.00 – ca. 8.30 Uhr Sadhana

8.30 – 9.30 Uhr Frühstück

9.30 – 13 Uhr Unterricht

13 – 14.30 Uhr Mittagspause

14.30 – 16 Uhr Unterricht

Examenswochenende

Samstag:

9.00 Uhr Gemeinsamer Beginn

9.30 – 13 Uhr Praktisches Examen

Mittagspause bis 14.30 Uhr

14.30 – 18.30 Uhr Mündliches Examen, Referate

Abends frei

Sonntag:

6.00 – 8.30 Uhr Sadhana

8.30 – 9.30 Uhr Frühstückspause

9.30 Uhr: gemeinsame Meditation

Dann Einzelgespräche und Zertifikatsübergabe.

Mittagessen 13 Uhr

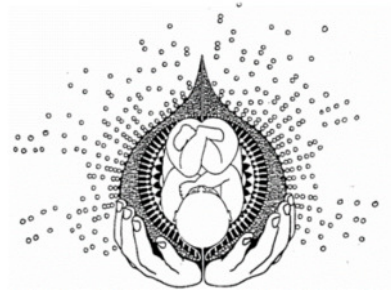
Evtl. gemeinsamer Abschluss, wenn alle Gespräche fertig sind.

3H Organisation Deutschland e.V.
Heinrich-Barth-Str. 1, 20146 Hamburg

Regional an:

3HO Arbeitsgruppe Kundalini Yoga Bayern
Frau Elke Hari Shabad Lux
Mühlenstr. 4a
85737 Ismaning

E-Mail: Schwangerenyoga-muenchen@3ho.de



Anmeldung zur Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.

Kundalini Yoga Lehrerin für Schwangerschaft und Rückbildung München 2018-2019

Familienname	
Vorname	
Spiritueller Name	
Geboren am	
Beruf	
Straße	
PLZ/Ort	
Telefon (Festnetz/Handy)	
E-Mail-Adresse	
Ich habe die KY Lehrer*innen Ausbildung Stufe 1 absolviert.	Ja / nein Wo:

Bitte Formblatt gut leserlich und falls möglich am PC ausfüllen

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Fachausbildung „Kundalini Yoga Lehrerin für Schwangerschaft und Rückbildung“ der 3H Organisation Deutschland e.V. München 2018-2019 an.

Ich bezahle die Ausbildungsgebühren wie folgt:

- 0 **Euro 200 für das Grundlagenwochenende** als einmalige Überweisung am 1. Oktober 2018 (für Teilnehmerinnen, die nicht die Stufe 1 der Kundalini Yoga Lehrer*innen Ausbildung absolviert haben)
- 0 **Euro 90 Anmeldegebühr bei Anmeldung zur Ausbildung**
- 0 **Bei Anmeldung bis zum 30.9.2018: Euro 1850** als einmalige Zahlung am 1.11.2018
- 0 **Ratenzahlung bei Anmeldung bis zum 30.9.2018: 12 monatliche Raten zu je Euro 158** (nur mit Dauerauftrag) mit Beginn am 1.11.2018 bis einschließlich 1.10.2019
- 0 **Bei Anmeldung ab 1.10.2018: Euro 1950** als einmalige Zahlung am 1.11.2018
- 0 **Ratenzahlung bei Anmeldung ab 1.10.2018: 12 monatliche Raten zu je Euro 166** (nur mit Dauerauftrag) mit Beginn am 1.11.2018 bis einschließlich 1.10.2019

Die Anmeldegebühr in Höhe von Euro 90 ist bei Anmeldung fällig und wird nicht zurückerstattet, außer die Ausbildung kommt nicht zustande.

In der Kursgebühr sind 3 Ausbildungsskripte enthalten.

Im Yogastudio Mahatma kann bei Bedarf gegen eine kleine Gebühr übernachtet werden, für Verpflegungskosten sorgt jeder selbst.

Bankverbindung:

3H Organisation Deutschland e.V., Arbeitsgruppe Kundalini Yoga Bayern

IBAN: DE71 7015 0000 0903 1682 19, BIC: SSKMDEMXXX

Verwendungszweck: **Name der Teilnehmerin - SY München 2018-2019**

Ich bestätige, dass ich das Ausbildungsprogramm, das Bestandteil dieses Vertrages ist, gelesen habe und die darin enthaltenen Bedingungen anerkenne.

Ich bin einverstanden, dass meine Adressdaten innerhalb der Ausbildungsgruppe weitergegeben werden (bei Nichtzutreffen bitte streichen).

Ich erkenne an, dass Kundalini Yoga Bayern (3H Organisation Deutschland e.V.) sich vorbehält, dass bei Zahlungssäumnis Kursteilnehmerinnen von der weiteren Teilnahme der Ausbildung ausgeschlossen werden.

.....

Ort, Datum

.....

Unterschrift

Bitte ausfüllen, unterzeichnen und eine Kopie für die eigenen Unterlagen fertigen und das Original an Elke Hari Shabad Kaur Lux, Mühlenstr. 4a, 85737 Ismaning, Tel.: 0171/4554402 per Post senden.

**Fachausbildung Kundalini Yoga Lehrerin für Schwangerschaft und
Rückbildung der 3HO Deutschland e.V. München 2018-2019**



Nachweis der Hospitationen

Name:

1. Hospitationen Yoga für Schwangere / Rückbildung (je 5 Klassen)

	Datum	Name der Yogalehrerin und Ort der Hospitation	Unterschrift der Yogalehrerin
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			

2. Hospitation in einem kompletten Geburtsvorbereitungskurs bei

Name:
in
am

Unterschrift der Hebamme / Geburtsvorbereiterin:

3. Kundalini Yoga Praxis über mindestens 1 Jahr

von - bis	Kurs	Lehrerin

Bitte das ausgefüllte und bestätigte Hospitationsblatt zum Examen mitbringen.

Feedback

Ein Feedbackbogen wird nach jedem Modul (Schwangerenyoga/Rückbildungsyoga) an die Teilnehmerinnen gesandt oder ausgegeben mit der Bitte um Feedback.