

Informationstag

5. Dezember 2020
von 14.00 bis 17.00 Uhr

Ausbildungswochenenden

GRUNDLAGENWOCHELENDE

6./7. Februar 2021
(für Frauen, die nicht die Stufe 1 der
Kundalini Yoga LehrerInnen Ausbildung
absolviert haben)

SCHWANGERENYOGA 1

12. - 14. März 2021

SCHWANGERENYOGA 2

16. - 18. April 2021

SCHWANGERENYOGA 3

7. - 9. Mai 2021

SCHWANGERENYOGA 4

25. - 27. Juni 2021

RÜCKBILDUNGSYOGA 1

17./18. Juli 2021

RÜCKBILDUNGSYOGA 2

18./19. September 2021

RÜCKBILDUNGSYOGA 3

23./24. Oktober 2021

EXAMEN

27./28. November 2021



Kontakt / Anmeldung Weitere Informationen

Kathrin Marie Thimm Sat Purkha Kaur

07252 - 97 39 494 oder 0152 - 019 811 11
schwangerenyoga-karlsruhe@3ho.de

www.schwangeren-yoga.com/ausbildung

Telefontermin bitte vorher per E-Mail vereinbaren.



*Kundalini Yoga Lehrerin
für Schwangerschaft
und Rückbildung*

FACHAUSBILDUNG DER

3H ORGANISATION DEUTSCHLAND E.V.

KARLSRUHE 2021



Ausbildungsinhalte

In dieser Ausbildung lernst Du, Frauen vor und nach der Geburt liebevoll mit Übungen, Entspannungsformen und Meditationen basierend auf den Lehren des Kundalini Yoga zu unterrichten und zu begleiten.

Du erwirbst ein umfangreiches Wissen über die physiologischen Abläufe während Schwangerschaft, Geburt und Rückbildungszeit.

Du erfährst, welche Asanas in dieser besonderen Zeit hilfreich sind und welche vermieden werden sollten.

Unterstützende yogische Methoden für den Umgang mit Ängsten und Schmerzen stehen ebenso auf dem Programm, wie die Belebung einer bewussten Verbindung zwischen Mutter und Baby.

Darüber hinaus bietet Dir die Ausbildung die Möglichkeit, Dein eigenes Selbstverständnis als Frau im Kreise von Frauen zu vertiefen und Deinen ganz persönlichen Zugang zu der Dir innewohnenden weiblichen, schöpferischen Kraft zu finden.



Die Ausbildung richtet sich an

- Frauen, die die Ausbildung zur Kundalini Yoga Lehrerin Stufe 1 abgeschlossen haben oder gerade an dieser Ausbildung teilnehmen.
- Yogalehrerinnen anderer Traditionen
- Frauen, die beruflich mit Schwangerschaft und Geburt befasst sind und als Kursteilnehmerin Kundalini Yoga Kurse besuchen z.B. Hebammen, Doulas, Stillberaterinnen etc.
- Frauen, die mit Kundalini Yoga bereits Erfahrungen gesammelt haben und diese vertiefen möchten.



Preise

ANMELDEGEBÜHR 90 €
Bitte bei Anmeldung überweisen. Bei Nichtteilnahme an der Ausbildung wird die Anmeldegebühr als Bearbeitungsgebühr einbehalten.

GRUNDLAGENWOCHELENDE 200 €
mit Überweisung bis 1.2.2021

**ALLE WEITEREN MODULE
INKL. EXAMENSWOCHELENDE** 1950 €
Bei Anmeldung und Überweisung bis 20.12.2020 „Early-Bird“

Bei Anmeldung ab 21.12.2020
und Überweisung bis 1.3.2021 2100 €

ZAHLUNG IN RATEN MÖGLICH.

Ausbildungsort

Yogastudio Moment – Yoga & More
Lissenstr 6
76227 Karlsruhe-Durlach

www.momentyogaandmore.de

Ausbildungsteam

Bhagwati Kaur Pangerl (Leitung)
Har Dyal Kaur Utz
Mata Mandir Kaur Faki
Sant Subagh Kaur Schießl