

KRI Kundalini Yoga Lerarenopleiding Level 1

Start 16 oktober 2022

Georganiseerd door Karam Kriya School België en
Cherdi Kala Yoga International

“The Karam Kriya School is for those who finished travelling away from their essential nature and are ready to turn around and begin the journey home.” – Shiv Charan Singh



DE OPLEIDING

De Kundalini yoga lerarenopleiding is geschikt voor wie een gecertificeerd Kundalini yogaleraar wil worden, maar ook voor wie de persoonlijke ervaring met Kundalini yoga wil verdiepen.

De opleiding begeleid je in het ontwikkelen van een yogische levensstijl en biedt een kans tot een transformerende ervaring. De theorie en de opgedane ervaringen, dragen bij aan de ontwikkeling van de vaardigheden, het zelfvertrouwen en het bewustzijn die nodig zijn om Kundalini Yoga professioneel te onderwijzen.

De opleiding is vorm gegeven als volledig residentieel. Telkens wordt er zeven dagen in een inspirerende omgeving gewerkt aan de mentale, emotionele, fysieke en spirituele ontwikkeling. Het is een unieke kans om samen met je mede Kundalini Yoga studenten te ervaren wat het is om te leven in een spirituele gemeenschap. De yogische principes worden onder andere toegepast door het doen van sadhana, seva (dienstbaarheid) en het eten van vegetarische maaltijden. Er worden lezingen gehouden, gediscussieerd en natuurlijk veel aan yoga en meditatie gedaan.

De opleiding zal geheel in het Nederlands worden onderwezen.

LOCATIE

De 2 residentiële weken in België zullen plaatsvinden in de Snow View Lodge in Büllingen. Aankomst in de namiddag op maandag en vertrek op zondagavond of maandag ochtend. Eten en overnachting zijn inbegrepen.

Snow View Lodge

Medendorf 23
4760 Büllingen
België

De laatste residentieel is bij Yogahouse Prasaad in Zuid-Duitsland: www.prasaad.de

Yogahouse Prasaad ligt ongeveer 1,5 uur met de trein van Zurich Internationale Luchthaven, Zwitserland en 15 minuten met de auto van het Bodensee.
Met de auto is het bijvoorbeeld 6,5 uur rijden vanuit Leuven.

Yogahouse Prasaad

Almenstrasse 11
78234 Engen-Anselfingen
Duitsland

SCHEMA EN DATA:

Sessie 1 ONLINE introductie **1 dag** 16 oktober 2022

Week 1: 14-21 November 2022 in Büllingen – Belgische Ardennen

Sessie 2 ONLINE Anatomie **1 dag** 8 januari 2023

Week 2: 6-13 maart 2023 in Büllingen – Belgische Ardennen

Week 3: 14-21 juni 2023 in Engen – Zuid-Duitsland

Deel van de opleiding is ook het thuis bekijken van instructievideo's over verschillende onderwerpen.

Dagschema: 5:30 Sadhana
8:15 Ontbijt
9:30 Ochtend sessie
13:00 Pauze & lunch
14:30 Middag sessie
18:30 Diner
20.00 Soms een licht avondprogramma

KOSTEN VAN DE OPLEIDING

De kosten voor de volledige cursus bij reservering vóór 1 september 2022:

Reserveringskosten: €550,00

Opleiding: € 1.850,00 incl. reserveringskosten (Na 1 september 2022 €1.950,00)

Catering en accommodatie: € 1.200,00 (Volpension tijdens alle opleidingsdagen)

Handboek: € 100,00

Deze kosten kunnen in termijnen worden betaald. Laat ons weten wat je voorkeur is.

Annuleringsvoorwaarden: Na inschrijving heb je 14 dagen bedenktijd om de registratie te annuleren met teruggaaf van registratiegeld (€550,00). Bij annulering na 14 dagen is het registratiegeld verschuldigd. Bij annulering binnen 7 dagen na de eerste week is het registratiegeld, kosten voor de eerste week (750 euro) en 50 euro administratiekosten verschuldigd. Na 7 dagen na de eerste week is het volledige opleidingsbedrag verschuldigd. Neem contact op bij speciale omstandigheden.

THEMA'S

- Sessie 1. DEFINITIE VAN YOGA / YOGI. IDENTITEIT VAN EEN LERAAR. DE ZEVEN STAPPEN. WAT IS YOGA. SOORTEN YOGA. GOLDEN CHAIN. CODE OF ETHICS. OORSPRONG EN FUNDAMENTEN VAN YOGA.
- Sessie 2. GELUID. MANTRA. PERSOONLIJKE DISCIPLINE. SADHANA. SHABAD GURU. WATERMANTIJDPERK. MANTRA.
- Sessie 3. WESTERSE EN YOGISCHE ANATOMIE.
- Sessie 4. PRANAYAMA. YOGISCHE LEVENSTIJL. YOGISCH DIEET.
- Sessie 5. HOUDING. ASANAS.
- Sessie 6. MEDITATIE. DE MIND. PATANJALI.
- Sessie 7. HUMANOLOGIE.
- Sessie 8. ROL EN VERANTWOORDELIJKHEID VAN DE LERAAR.
- Sessie 9. YOGISCHE FILOSOFIE. DOOD EN STERVEN.
- Sessie 10. 10 LICHAMEN. SIKH DHARMA, ONTSPANNING. AFRONDING & CONTINUITEIT.

DE DOCENTEN



Hari Krishan Singh is is een ervaren trainer van Kundalini Yoga leraren, zowel Level 1 als in Level 2. Mede door zijn training in Karam Kriya - Toegepaste Numerologie - weet hij complexe thema's duidelijk en helder over te brengen en hij doet dat met een flinke dosis humor. Hij is Nederlander van geboorte en woont sinds 2013 in Zuid-Duitsland met zijn vrouw en twee zoontjes.

Hij is mede-oprichter van de Internationale Kundalini en Karam Kriya School Cherdi Kala. Recent heeft hij samen met zijn vrouw Bachitar Kaur het retreat centre Yogahouse Prasaad in Zuid-Duitsland opgericht.



Hari Avtar Kaur heeft samen met haar partner een Centrum voor Heling - Iyashi, in Heverlee, België. Bij Iyashi kun je terecht voor Kundalini yoga, voor shiatsu opleiding en ook voor individuele sessies met shiatsu, systemisch werk, droom begeleiding en Live the Connection. Hari Avtar is ook moeder van vier kinderen.

Als lesgever weet Hari Avtar mensen mee te nemen op een pad van transformatie door haar enthousiasme, diepgang en compassie.

ASSISTENT OPLEIDER



Kevalnam Kaur is familiaal bemiddelaar en geeft wekelijks met veel enthousiasme Kundalini Yoga les.

In haar praktijk Sprankeling biedt zij ook shiatsusessies, coaching en SoulCollage(r) aan, zowel individueel als voor groepen. Zij is moeder van 2 tieners en heeft een nieuw samengesteld gezin. Samen met haar partner organiseert zij regelmatig retraites rond authentieke relaties, herbronning,...

In haar lesgeven staat het liefdevol open houden van de ruimte centraal.

VOORWAARDEN VOOR SUCCESVOLLE AFRONDING VAN DE CURSUS:

Studenten moeten een de volgende criteria voldoen om de cursus te voltooien en een certificaat te ontvangen:

- * Kosten: Volledige betaling van alle kosten.
- * Aanwezigheid: Studenten proberen alle 3 weken en online sessies bijwonen die zullen worden gedoceerd in de jaren 2022-2023. Bijzondere omstandigheden kunnen ervoor zorgen dat een student de opleiding voltooit door het bijwonen van weekenden van toekomstige KY lerarenopleidingen. Let op: maximale duur van de opleiding is 2 jaar vanaf de startdatum.
- * Een intensieve dag of dagen van groepsmeditatie zoals een dag van Witte Tantra Yoga (www.whitetantricyoga.com), 5 rebirthing sessies (niet meer dan 1 per week), een Meditatie dag of een Japa event. Geleid door een KRI gecertificeerde lerarenopleider (uitzonderingen zijn toegestaan met goedkeuring van de hoofdtrainer)
- * Uren: De cursus omvat op zijn minst 200 uur (plus extra tijd voor het examen, schriftelijke opdrachten en een meditatie dag)
- * 180 uur klassikale instructie en praktijk
- * 40 daagse meditatie. (Dat wil zeggen 31 minuten meditatie elke dag voor 40 dagen in de eigen tijd)
- * +/- 12 uur studeren [zie essentieel leesmateriaal (focus ligt op de kennis van en inzicht in de technologie en de gevolgen daarvan)
- * Deelname aan minimaal 8 sadhana / ochtend yoga sessies (gedurende de training)
- * Lezen: essentieel leesmateriaal: Het cursus handboek. Aanbevolen lectuur: Pantajalis Sutra's, andere Kundalini Yoga Handleidingen.
- * Extra lessen: de studenten zijn verplicht om een minimum van 20 Kundalini Yoga lessen bij te wonen binnen 2 jaar na start van de opleiding. Deze moeten worden onderwezen door een KRI gecertificeerde instructeur. Deze mogen ook live online zijn.

EVALUATIE VAN DE STUDENT

De eindevaluatie van de student voor de voltooiing van de cursus zal worden gebaseerd op de voltooiing van de bovengenoemde criteria evenals de algemene evaluatie van:

- * De betrokkenheid van de student bij de cursus [waaronder ook het onderwijzen van yoga-sessies tijdens de cursus]
- * Het algemeen begrip van het praktische materiaal
- * Erkennen van de professionele normen voor Kundalini Yoga Docenten
- * Positieve voltooiing van het examen en schriftelijke opdrachten [zie hieronder]

Indien van toepassing kan er een evaluatiegesprek plaatsvinden tussen de student en een docenten.

Examen en schriftelijke opdrachten:

- * Houd een dagboek bij over je ervaringen en vooruitgang, [in het bijzonder - de registratie van de ervaring van je 40 daagse meditatie/yoga]
- * Een voldoende op het schriftelijk examen.
- * Het maken van een take home examen (voor eigen oefening).
- * Bedenk en omschrijf twee yogacursussen in detail.

Bij positieve afronding: De student zal het certificaat 'KRI Level 1 Kundalini Yoga Instructeur' worden overhandigd of toegestuurd. Deze opleiding is goedgekeurd door KRI en kwalificeert de student om lid te kunnen worden van de lokale beroepsvereniging van Kundalini Yoga leraren en de internationale associatie IKYTA (International Kundalini Yoga Teachers Association). Dit certificaat is ook erkend door Yoga Alliance.

Klachten: Kijk op <http://cherdikala.eu/complaints.nl.php> voor de gedetailleerde klachtenprocedure.

AANMELDING:

ONLINE aanmeldformulier: <https://forms.gle/MXqzFbL11SfUuYLe9>