

Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.

YogalehrerIn für Kinder & Jugendliche



Informationen zur Fachausbildung
München 2015

Kontakt

Christine Kaliner / Nirankar Kaur

+ 49 8141 / 184 65 (Festnetz)

+ 49 160 / 968 198 68 (Mobil)

Mail: info@kalinder-yoga.de

Alexandra Wilhelm / Sangatjeet Kaur

+ 49 8133 / 996 89 41 (Festnetz)

+ 49 176 / 704 986 90 (Mobil)

Mail: info@breathwalk.net

Ausbildungsleitung

Sahib Kaur Saß

Fachausbildung Kinderyoga

Heinrich-Barth-Straße 1

20146 Hamburg

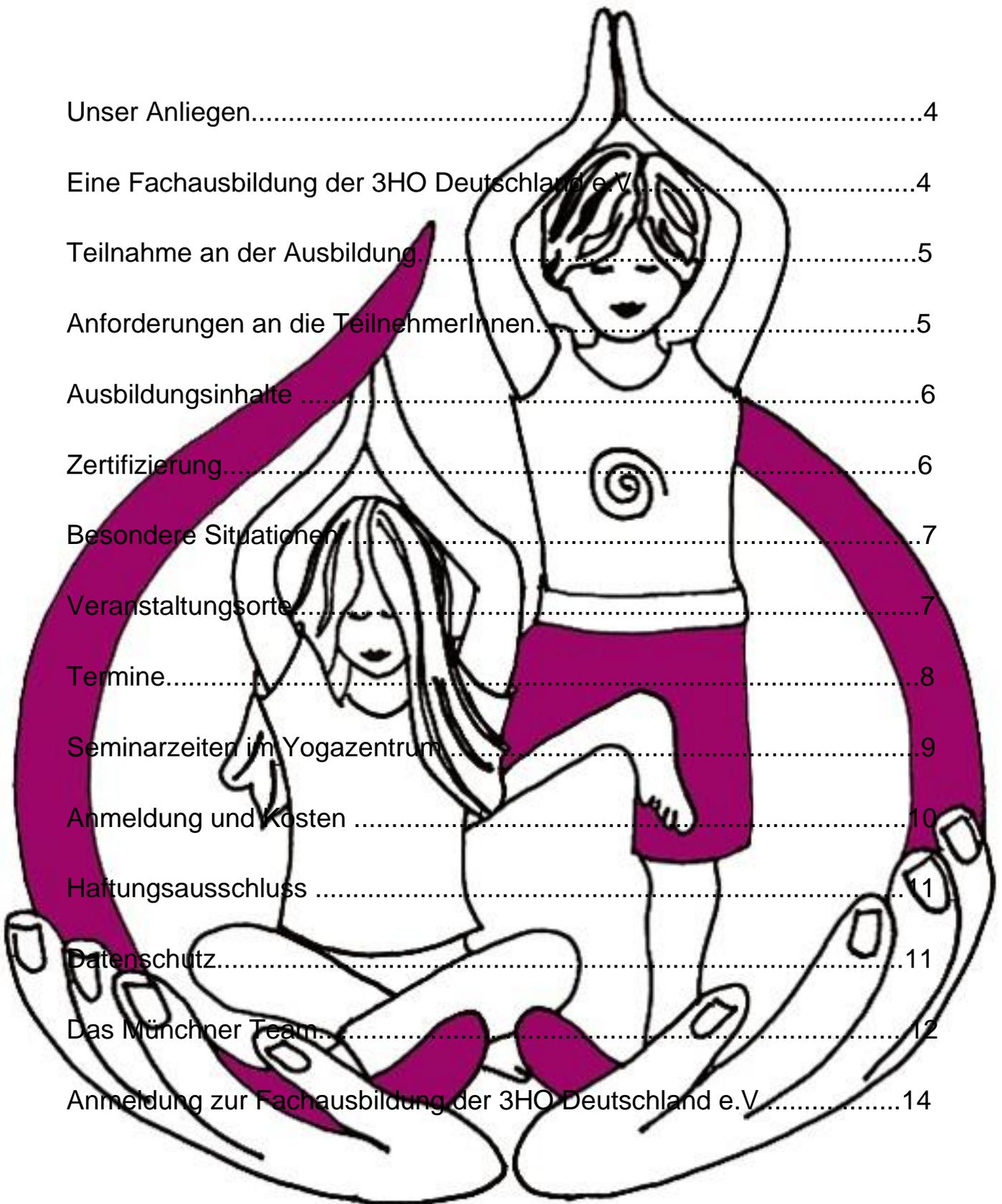
+ 49 40 209 718 77 (Büro, Martina Timm)

+ 49 1636017071 (Handy, Sahib Kaur)

info@kinder-yoga.org

www.kinder-yoga.org

Inhaltsverzeichnis



The illustration features two women in yoga poses. One woman stands in a standing balance pose (Urdhva Dhanurasana) with her arms raised and hands clasped above her head. The other woman is in a seated pose (Padmasana) with her hands resting on her knees. They are enclosed within a circular frame that is held by two hands at the bottom. The entire scene is rendered in black outlines with magenta accents on the women's clothing and the circular frame.

Unser Anliegen.....	4
Eine Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.....	4
Teilnahme an der Ausbildung.....	5
Anforderungen an die TeilnehmerInnen.....	5
Ausbildungsinhalte	6
Zertifizierung.....	6
Besondere Situationen.....	7
Veranstaltungsorte.....	7
Termine.....	8
Seminarzeiten im Yogazentrum.....	9
Anmeldung und Kosten	10
Haftungsausschluss	11
Datenschutz.....	11
Das Münchner Team.....	12
Anmeldung zur Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.....	14

Unser Anliegen

Die Tradition des Kundalini Yoga vermittelt einen reichen Schatz an Wissen über den Menschen im Allgemeinen, die Kindheit, des Heranwachsens und des Erwachsenwerdens.

Die übermittelten Einsichten über das bewusste Leben in der Gesellschaft und eine bewusste Herangehensweise im Umgang mit Kindern und uns selbst sind heute so treffend und wertvoll wie damals. So beschäftigen wir uns während der Ausbildung eingehend mit dem Themengebiet der eigenen Kindheit und Selbstwahrnehmung, wie auch verschiedensten Methoden zur Förderung und Stärkung der Kinder in unserem Leben. Angefangen bei der altersgerechten Vermittlung der Asanas, Spielen und Übungen zur Förderung der Konzentration, bis hin zu kindgerechter Entspannung und Meditation, deckt diese Fachausbildung vielfältige Entwicklungsbedürfnisse ab.

Wir haben es uns zum Ziel genommen, möglichst vielen Menschen den Zugang zu Yoga mit all seinen Hilfsmitteln für ein glückliches Leben zu gewähren. Jeder Mensch hat das Recht darauf glücklich zu sein und in all seinen Facetten gefördert zu werden. Wir möchten mit dieser Fachausbildung unseren Beitrag dazu leisten, Liebe und Bewusstsein in unserer Gesellschaft allgegenwärtig zu machen. Daher ist unsere Ausbildung sowohl für Yogalehrende als auch für Menschen aller anderen Lebens- und Arbeitsbereiche zugänglich.

Eine Fachausbildung der 3HO Deutschland e.V.

Seit 2007 bieten wir die facettenreiche und fundierte Fachausbildung „YogalehrerIn für Kinder & Jugendliche“ unter dem Dachverband der 3HO Deutschland e.V. an. Die regionalen Lehrgänge der Fachausbildung finden zur Zeit in Hamburg, München, Gelsenkirchen und als Kompaktausbildung in Wien, Nürnberg und St. Petersburg statt.

Die Fachausbildung steht in der Tradition des klassischen Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. Es zeichnet sich durch eine Abfolge von dynamischen Übungen, Entspannungen und speziellen Meditationen aus, die oft Gesang und Bewegung beinhalten. Kundalini Yoga für Kinder ist spielerisch und voll meditativer Elemente und Techniken, die leicht im Alltag Platz finden können. Das Ausbildungsteam besteht aus Frauen, die die Fachausbildung zusätzlich zu ihren langjährigen Yogakenntnissen mit Kompetenzen aus anderen Tätigkeitsfeldern bereichern. Dazu gehören Sozialpädagogik, Psychologie, Sportwissenschaft, Bewegungstherapie, Musik. Viele der Ausbilder haben selber Kinder – alle verbindet die Begeisterung für Kinderyoga! Ziel der Fachausbildung ist es, die Freude und Lebenskraft zu vermitteln, die Kinderyoga zu schenken vermag.

Die 3HO ist eine Vereinigung von Kundalini Yogalehrenden mit dem Ziel, die Techniken des Kundalini Yoga durch Ausbildungen, Yogaevents und die

Unterstützung der Yogalehrenden zu verbreiten. 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 für die Fachausbildung KLASSISCH u.a.

- Ein Umfang von mindestens 280 Unterrichtseinheiten, Anwesenheit und Selbststudium, Hospitationen und Yogapraxis
- Ausbildung durch zertifizierte AusbilderInnen
- Beendigung der Ausbildung mit einer Abschlussprüfung

Weitere Informationen zu Kundalini Yoga und der 3HO findest du unter www.3ho.de

Teilnahme an der Ausbildung

Die Fachausbildung richtet sich an:

- alle Menschen, die Freude an der Arbeit mit Kindern haben
- Menschen, die die Ausbildung zur Kundalini Yoga LehrerIn abgeschlossen haben oder gerade an der Ausbildung teilnehmen
- Menschen, die eine Yogalehrerausbildung einer anderen Tradition abgeschlossen haben
- PädagogInnen aller Fachrichtungen
- und allen Menschen, die Spaß am Yoga oder an der Arbeit mit Kindern und/oder Jugendlichen haben

Bildungsprämie und Bildungsscheck sind ggf. möglich!

Anforderungen an die Teilnehmer

- Praxis des Kundalini Yoga im Rahmen eines Yogakurses über mindestens 1 Jahr
- Regelmäßige Teilnahme an den Ausbildungswochenenden. Fehlzeiten müssen nachgeholt werden.
- TeilnehmerInnen ohne Stufe 1 der regulären Kundalini Yoga LehrerInnen Ausbildung in 3HO e.V. belegen verbindlich die Grundlagenwochenenden in München.
- Die Teilnahme am morgendlichen Sadhana ist Bestandteil der Ausbildung. Hinzu kommen 1-2 Praktikumstage und Hospitationen.

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 Inhalte:

- Grundlagen des Kundalini Yoga mit Kindern und Jugendlichen
- Anleiten von kindgerechten Asanas, Meditationen, Mantras und Entspannungstechniken
- Konzentrationsfördernde Übungen
- Vermittlung des allgemeinen Aufbaus einer Unterrichtsstunde
- Ausarbeiten und Präsentieren einer eigenen Yogastunde in kleinen Übungsgruppen
- Persönlichkeitswachstum und Arbeit am eigenen Inneren Kind
- Geschichten erzählen als Unterrichtsmethodik
- Kinder der heutigen Zeit, herausfordernde Kinder (Hyperaktivität, ADHS)
- Familienyoga
- Unterrichten von Teenagern unter Berücksichtigung der Lebensrealität junger Menschen, sowie Übungsreihen und Meditationen zur Stressbewältigung

Zertifizierung

Die Ausbildung wird mit einem Prüfungswochenende abgeschlossen. Über eine Zulassung zur Prüfung entscheidet das Ausbildungsteam.

Die Prüfung umfasst:

- **Schriftliche Prüfung:** Die schriftliche Ausarbeitung von Prüfungsfragen, die zuhause beantwortet werden.
- **Mündliche Prüfung:** Kurze Vorstellung eines Themas, das in Zusammenhang mit Yoga für Kinder und/oder Jugendlichen steht.
- **Praktische Prüfung:** In einer Kleingruppe wird eine spezifische Unterrichtssituation ausgearbeitet und vorgestellt.

Nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung, positivem Prüfungsergebnis und Erfüllung aller Formalia wie die vollständige Bezahlung der Gebühren, Nachweis der Praktika und Hospitationen erhält der Teilnehmer/die Teilnehmerin ein Zertifikat der 3HO Deutschland e.V mit dem Titel „YogalehrerIn für Kinder & Jugendliche in 3HO e.V“.

Besondere Situationen

- Teilnehmerinnen, die nicht die Stufe I der Kundalini Yoga Lehrerausbildung abgeschlossen haben oder gerade daran teilnehmen, sind verpflichtet an einem Grundlagen Wochenende teilzunehmen.
- Teilnehmerinnen, die keine Yogalehrerausbildung abgeschlossen haben, sind durch die Ausbildung qualifiziert, Yogakurse für Kinder und Jugendliche 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 für Kinder und Jugendliche nicht möglich ist, sprechen bitte die Ausbildungsleiterin an.
- Alle Fehlzeiten von mehr als 3 Tage müssen nachgeholt werden.

Veranstaltungsorte

Die Grundlagenwochenenden finden statt im:

Yoga Raum, Scherrerstraße 2a, 82296 Schöngeising

www.kaliner-yoga.de

Die Kurzwochenenden finden statt im:

Tan Tien, Benzstraße 32 (Gewerbegebiet), 82178 Puchheim

www.tan-tien.de

Kundalini Yogazentrum München, Kaiserstraße 13, 80801 München

www.k-yoga.de

Die Langwochenenden finden in einem Seminarhaus statt:

INTEGRA Seminarzentrum, Maienbergstraße 12, 86424 Dinkelscherben

www.integra-seminarzentrum.de

Die Prüfung findet statt im:

Kundalini Yogazentrum München, Kaiserstraße 13, 80801 München

www.k-yoga.de

Termine

Grundlagen

06. – 08. März 2015	GWE 1	Yoga Raum
17. – 19. April 2015	GWE 2	Yoga Raum

Fachausbildung

02. + 03. Mai 2015	KWE 1	Tan Tien
13. + 14. Juni 2015	KWE 2	Tan Tien
09. – 12. Juli 2015	LWE 3	Integra
25. + 26. Juli 2015	KWE 4	KY Zentrum
26. + 27. September 2015	KWE 5	KY Zentrum
08. – 11. Oktober 2015	LWE 6	Integra
14. + 15. November 2015	KWE 7	Tan Tien

Prüfung

05. + 06. Dezember 2015	KWE 8	KY Zentrum
-------------------------	-------	------------

GWE: Grundlagenwochenende

KWE: Kurzwochenende

LWE: Langwochenende

Infotermine

Sonntag, 30. November 2014 um 18.00 Uhr

Sonntag, 18. Januar 2015 um 18.00 Uhr

Im Kundalini Yoga Zentrum, München

Kontakt: Christine Kaliner

Tel.: 08141-18465

info@kaliner-yoga.de

Alexandra Wilhelm

08133 / 996 89 41

info@breathwalk.net

Seminarzeiten

Die Ausbildungszeiten für die Grundlagentage sind:

- Freitag: 17.30 – 21.30 Uhr
- Samstag: 09.00 – 18.30 Uhr
- Sonntag: 06.00 – 16.00 Uhr

Die Ausbildungszeiten für die KWEs sind:

- Samstag 09.00 – 18.30 Uhr
- Sonntag 06.00 – 17.30 Uhr im Tan Tien / 05.30 – 17.00 Uhr im KY Zentrum

Die Ausbildungszeiten für die LWEs sind:

- Donnerstag 18.00 Uhr mit dem Abendessen, Abends 19.00 – 22.00 Uhr
- Freitag 06.00 – 21.30 Uhr
- Samstag 06.00 – 18.30 Uhr
- Sonntag 06.00 – 16.00 Uhr

Bitte beachte, dass die Zeiten nicht statisch sind und es vor allem am Wochenende zu Änderungen kommen kann, wenn es der Unterricht erfordert. An jedem Tag wird es eine ca. 1,5 stündige Mittagspause und ausreichend kleinere Pausen geben.

Es wird voraussichtlich von Freitag bis Sonntag ab 5.30 Uhr / 6.00 Uhr Sadhana stattfinden. Sadhana ist eine tägliche Praxis von Yoga und Meditation in den frühen Morgenstunden, eine Disziplin von Körper und Geist, um der Seele zu dienen. Die morgendliche Sadhana dauert ca. 2,5 Stunden und umfasst die Rezitation des Japji (meditative Rezitation einer heiligen Schrift), eine Kriya (Yogaset), eine tiefe Entspannung und das Singen von Mantren.

Anmeldung und Kosten

Im Vorwege kann ein persönliches Gespräch mit der Koordinatorin oder Ausbildungsleiterin stattfinden. Dafür setzt sich der/die TeilnehmerIn mit der Koordinatorin telefonisch in Verbindung.

Anmeldung

Die Anmeldung ist verbindlich, sobald der Ausbildungsvertrag vorliegt.

Kosten

Die Fachausbildung KLASSISCH kostet 1.800,- Euro bei Bezahlung der Gesamtsumme bei Ausbildungsbeginn (inklusive Ausbildungshandbuch und Anmeldekosten). Die Kosten für die beiden Grundlagenwochenenden betragen zusätzlich € 425,-.

Es sind folgende Teilzahlungen möglich:

- Fachausbildung(FA): 10 Raten á € 191,-
- FA inkl. Grundlagen: 10 Raten á € 223,50

Wir möchten Dich bitten, die dem Vertrag anliegende Einzugsermächtigung auszufüllen und an uns (3HO Deutschland e.V. Fachausbildung Kinderyoga, Heinrich-Barth-Str. 1, 20146 Hamburg) zurückzuschicken.

Für Unterkunft und Verpflegung während des Aufenthaltes im Seminarhaus fallen zusätzliche Kosten an, die direkt mit dem Seminarhaus abgerechnet werden. Es können außerdem zusätzliche Kosten für Lehrmaterialien wie Kopien oder Bücher entstehen.

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

Rücktritt

Grundlagen WE: Die Kursgebühren sind nicht erstattungsfähig.

Fachausbildung Kinderyoga: Bis 2 Monate vor Ausbildungsbeginn 100 % Rückerstattung abzgl. € 110,- Anmeldegebühr. Anschließend ist der volle Betrag fällig und nicht erstattungsfähig. Kündigungen müssen schriftlich an die Kontaktadresse der Fachausbildung in Hamburg gesendet werden.

Sollte ein/e TeilnehmerIn die Ausbildung unterbrechen, ist die Gebühr weiterhin fällig. Jedoch kann die Ausbildung bei ausreichendem Platz in einem folgenden Jahrgang an einem der Standorte der Fachausbildung KLASSISCH nachgeholt werden.

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, so wie für den Verlust oder Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Kursleiterin gegenüber den Teilnehmenden keinerlei Haftung.

Der/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 Teilnehmer und des Trainerteams, eine Teilnahme zu verweigern. Sollte diese Mitteilungspflicht verletzt werden, so übernimmt der/die TeilnehmerIn für alles daraus Entstandene die volle Verantwortung und Haftung.

Alle in der Ausbildung vermittelten Methoden dienen der persönlichen und spirituellen Weiterentwicklung. Jeder/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 Teilnehmer zur Sprache kommen. Die Teilnehmer 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 SeminarteilnehmerInnen zu Ausbildungszwecken sowie an die 3HO zu Abrechnungszwecken weitergegeben und Versendung des KIYO Newsletters weitergegeben. Unbefugte Dritte haben keinen Zugang zu den persönlichen Daten der Teilnehmerinnen.

Das Münchner Team



Sahib Kaur Saß

Geb. 1979.

Lehrerin und Ausbilderin für Yoga mit Kindern und Jugendlichen.

Leitung der "FA YogalehrerIn für Kinder & Jugendliche in 3HO e.V."

Lehrerin und Ausbilderin der Kundalini Yoga LehrerInnen Stufe 1, unter der Karam Kriya School und KRI.

Karam Kriya Studium unter Shiv Charan Singh u.a.

Vorstand Karam Kriya Verein Deutschland e.V.

Studium der Philosophie, Germanistik und Erziehungswissenschaften an der Uni Hamburg.

Yogini und Mensch

Kontakt sahibkaur@web.de und www.seelenstern.org



Nirankar K. Christine Kaliner

Geb. 1959, verheiratet, 7 Kinder (21-34J.), lebt im Raum München

Kinderyoga Lehrerin seit 2000

Sat Nam Rasayan Healer seit 2003

Kundalini Yoga Lehrerin Stufe 1+2 seit 2004

Schwangerenyoga Lehrerin seit 2006

Ausbilderin für Kinder & Jugendliche seit 2009

Selbständigkeit seit 2009

Seit 2010 Unterricht im Sonderpädagogischen Förderzentrum, Pestalozzischeule in FFB

„Kinderyoga für alle Kinder möglich machen“ ist meine Vision

Kontakt: info@kaliner-yoga.de und www.kaliner-yoga.de



Miriam Wessels

Geb. 1970, verheiratet, Mutter

Ausbilderin für „Kundalini Yoga Lehrer für Kinder und Jugendliche“ und in „Yogatherapie“

Heilpraktikerin

Diplom Sportwissenschaftlerin

Konzept-Entwicklung von „mantra moves“, „yogadancing“,

„ASANADANCE“, Autorin

Expertin für fasziale Behandlung

Kontakt: Miriam@MiriamWessels.de und www.MiriamWessels.de



Antje Walkenhorst

Geb. 1967, lebe mit meiner Familie (Mann, 2 Töchter, 1 Hund) in Bielefeld.

Ich bin Heilpraktikerin und Physiotherapeutin, bin ausgebildete HAKOMI Therapeutin und arbeite in eigener Praxis.

Mein Schwerpunkt ist Cranio- Sakral- Therapie und fasziale Osteopathie.

Seid 20 Jahren begleitet mich Kundalini-Yoga und seit fast 10 Jahren unterrichte ich Erwachsene und Kinder.

Ich erlebe Yoga als einen wertvollen Wegbegleiter.

Es ist großartig, wenn es immer mehr Menschen gibt, die auch schon Kinder mit diesem Wegbegleiter vertraut machen.

Kontakt: antjewalkenhorst@web.de



Shivcharan Kaur

Geb. 1959, Mutter zweier Töchter, lebt im Rheingau.

Seit langer Zeit unterrichtet sie Kundalini Yoga und seit über 10 Jahren fast ausschließlich für Kinder und Jugendliche in Kindergärten und Schulen.

Sie ist Mitbegründerin und Ausbilderin in der Fachausbildung Kinderyoga in 3HO.

Als professionelle Musikerin und Yogalehrerin suchte sie jahrelang nach der Verbindung von Yoga und Musik und absolvierte das Naad Yoga teacher training bei Prof. Surinder Singh. In von ihr entwickelten Familienkonzerten bringt sie Yoga und Musik, mit viel Spaß und Aktion verbunden, jungen Menschen nahe, um deren Interesse an der Reise nach Innen, zur eigenen schöpferischen Quelle, zu wecken und zu fördern.

Kontakt: renate-lomberg@web.de und www.sona-naadyoga.com



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

Kontakt: anja-sonne@web.de