



Karam Kriya Schule Deutschland

**THE AQUARIAN TEACHER®**  
**KUNDALINI YOGALEHRER AUSBILDUNG STUFE 1**  
**in Bremen**

**Ausbildungsbeginn 27./28. September 2025**

Kundalini Yoga wie es von Yogi Bhajan gelehrt wurde

Zertifiziert durch KRI und IKYTA

**Ausbildungsleiter: Sangeet Singh Gill**





**Yogi Bhajan (1929 – 2004)**, kam 1969 mit einer klaren Mission in den Vereinigten Staaten an: „Ich bin gekommen, um Lehrer zu schaffen, nicht um Schüler zu sammeln.“ Seitdem ist er international gereist, um Kundalini Yoga zu unterrichten, das Yoga der Bewusstheit. 1969 gründete Yogi Bhajan die 3HO, die *HappyHealthyHoly*-Organisation (glücklich, gesund, ganzheitlich), die auf seinem ersten Prinzip basiert: „Es ist dein Geburtsrecht, glücklich zu sein.“

Inzwischen wird das Leben und Wirken von Yogi Bhajan differenzierter gesehen. Seine Lehre hat sich weiterentwickelt und modernisiert. Dies wird in der Ausbildung berücksichtigt.



**Shiv Charan Singh**, geboren in Schottland, ist der **Gründer und Direktor der Karam Kriya Schule** und Mitgründer von Quinta do Rajo, dem Hauptsitz der Karam Kriya Schule in Portugal. Karam Kriya heißt *Aktion in spirituellem Gewahrsein* und ist die Lehre über die Weisheit der Zahlen. Shiv Charan Singh ist ein außergewöhnlicher Lehrer, der durch seine Authentizität, seinen Scharfsinn, seine Demut und sein Mitgefühl lehrt. Er lehrt in seinen Ausbildungen in ganz Europa, Australien und Südamerika.



**Sangeet Singh Gill – Ausbildungsleiter**, ist Kundalini Yoga Lehrer seit 1997 und führt seit 2008 Kundalini Yoga Lehrer\*innen Ausbildungen durch. Er ist Autor des Buches *Yoga – die Sanfte Revolution* (2016) sowie zahlreicher weiterer Schriften und Aufsätze. Außerdem hat er bislang unveröffentlichte Schriften und Übungsreihen von Yogi Bhajan ins Deutsche übersetzt. Sangeet Singh ist ein vielfältiger Lehrer mit weit gefächelter Erfahrung – so war er u.a. in der Landwirtschaft, der Pflege, im Biogroßhandel und als Büroleiter eines gemeinnützigen Verbandes tätig, bevor er sich seit 2005 hauptsächlich dem Kundalini Yoga widmet.

## Inhaltsverzeichnis

UNTERRICHTSZIELE.....	4
DATEN DER MODULE.....	5
MODULTHEMEN und ASHRAM EXPERIENCE.....	6
TAGESABLAUF.....	8
AUSBILDUNGSORT.....	8
AUSBILDUNGSTEAM.....	9
KRITERIEN FÜR DIE ZERTIFIZIERUNG.....	11
WEITERE ANMERKUNGEN.....	13
INVESTITION und BEZAHLUNG.....	15
KONTAKT-INFORMATIONEN.....	16
ANMELDUNG UND VERTRAG.....	17

## UNTERRICHTSZIELE

- Wir vermitteln Dir ein Verständnis des Basiswissens, der Technologie und der Philosophie des Kundalini Yoga.
- Das Erleben einer transformierenden Erfahrung durch das Praktizieren von Kundalini Yoga Einheiten und Meditationen.
- Entwicklung der Fertigkeiten, des Vertrauens und des Bewusstseins, die nötig sind, um Kundalini Yoga zu unterrichten.
- Kennenlernen eines Lebensstils, der ein erhöhtes Bewusstsein und mehr Achtsamkeit für Körper, Geist und Seele ermöglicht.
- Vermittelt werden neben den Grundlagen des Yoga auch anatomische Kenntnisse, Kommunikationstechniken, Ernährungstipps und Organisationsabläufe für die eigene Kursplanung.
- Verstehen und Anwenden des Self Sensory Systems – durch Selbstbeobachtung und -wahrnehmung mentale und körperliche Blockaden auflösen. Einschränkungen können für die eigene Entwicklung genutzt werden. Zufriedenheit durch einen gesunden Mix aus Hingabe und Selbst-Verantwortung entsteht.
- Erfahrung einer Gemeinschaft mit anderen Teilnehmer\*innen, lokalen Lehrer\*innen und internationalem Austausch während der Abschlusswoche.
- Entwicklung einer Verbindung zur Goldenen Kette (Ahnenreihe von Yogi\*nis und Heiligen) durch die Lehren von Yogi Bhajan.
- Kundalini Yoga kann als integrale Kraft genutzt werden, um Grenzen zu überwinden und Mauern einzureißen. Methodisch arbeiten wir am Körper und Energiesystem und individuell klarer, gesünder und stimmiger zu werde.

## II. DATEN DER MODULE

Die Ausbildung umfasst 9 Wochenenden sowie die 5-tägige „Ashram-Erfahrungswoche“, ein praktisches Erleben der yogischen Lehren, in Boizenburg (bei Hamburg) sowie ein Prüfungswochenende.

<u>1. Definition von Yoga</u>	<b>27. /28. Sep. 2025</b>
<u>2. Klang/Mantra und Kommunikation</u>	<b>25./26. Okt. 2025</b>
<u>3. Westliche und Yogische Anatomie</u>	<b>22./23. November 2025</b>
<u>4. Atem und Entspannung</u>	<b>17./18. Jan. 2026</b>
<u>5. Yoga-Reihen und Asanas (Haltungen)</u>	n.n.
<u>6. Geist (Mind) und Meditation</u>	n.n.
<u>7. Humanologie – Zyklen, Lebensstile, Beziehungen</u>	n.n.
<u>8. Rollen und Verantwortung(en) eines*r Yogalehrers*in</u>	n.n.
<u>9. Yogische Philosophie, Tod und Sterben</u>	n.n.
<u>Ashram Erfahrungswoche</u>	n.n.
<u>Prüfung</u>	n.n.

## III. MODULTHEMEN und ASHRAM EXPERIENCE

### **Modul 1 Einführung und Kursrichtlinien**

Ursprünge des Kundalini Yoga, Entwicklungsphasen, Absicht und Definition von Yoga und Yogi\*ni. Yogaarten. Yogaklassenstruktur, Adi Mantra, Goldene Kette. 3HO-Kodex der professionellen Standards für Kundalini Yoga Lehrer\*innen. Die Identität einer Lehrerin, der Eid eines Lehrers. Die 16 Facetten eines\*r Lehrers\*in. Die 7 Stufen zu Glück.

### **Modul 2 Shabd, Mantra und Sadhana**

Shabd Guru — Die Quantentechnologie des Klanges. Die 4 Yugas, Kali Yug und Naam als das höchste Yoga des Kali Yug. Die Natur der Zeit, in der wir leben. Die graue Übergangszeit zwischen Fische- und Wassermannzeitalter. Die Veränderungen und

Herausforderungen unserer Zeit und was hier gebraucht wird. Der wahrnehmende Mensch. Der Körper als Kommunikationssystem, einschließlich einer Einführung in das Nervensystem, die Meridiane, die Drüsen. Mantras — ihre Bedeutung, Wirkung und wie man sie chantet. Sadhana: Deine persönliche spirituelle Praxis. Die Wichtigkeit und der Wert der täglichen Disziplin, zu üben und zu meditieren. Allmähliche und stetige Aufnahme Deines eigenen Sadhanas. Raumreinigungsmethoden.

### **Modul 3**      **Yogische und westliche Anatomie**

Westliche Anatomie einschließlich Körpersysteme, Organe und Drüsen. Yogische Anatomie einschließlich Gunas, Tattwas, Nadis und Chakras. 5 Sinne, 5 Leidenschaften, 5 Vayus. Der Weg der Kundalini und die 3 Schleusen/Bhandas. 5 Niyamas in Beziehung zu Asana. Der yogische Prozess: energetisches Konzept, Regeneration, Balance, Eliminieren (G.O.D.)

### **Modul 4**      **Atem und yogische Lebensweise**

Pranayama: Körper – Atem – Gehirn – Bewusstsein. Das Was, Wie, Warum des Atmens. Seine Natur, Wichtigkeit, Variationen und Wirkungen. Yogischer Lebensstil: Leitlinien, Weisheiten und Tipps für alle Aspekte des Lebens. Morgendliches Aufwachen, Hydrotherapie, Ernährung, Tageszeiten, den besten Schlaf bekommen. Abhängigkeit und Sucht und wie Yoga hilft sowie Verbindung zu Vorsichtsmaßnahmen und Stolperfallen. Macht/Geld/Sex. Umgang mit Yogaidealen/ Instagram/ Gelenkigkeit

### **Modul 5**      **Die Technologie dieser Zeit – Haltungen**

Kriyas (Konzept und Praxis) und Asanas (Winkel, Dreiecke, Rhythmen) – Technologie für die Zeit, in der wir leben. Die Wirkungen, Segnungen und Warnungen. Der Nabel, Ida, Pingala, Sushumna. Atem und Bewusstsein. Entspannung – ihre Bedeutung, verschiedene Techniken.

### **Modul 6**      **Mind und Meditation**

Die Techniken, Arten, Wirkungen, Zeiten und Stufen. Gong, Mala, Tratakam, Konzentrationspunkte, Himmlische Kommunikation, Mudras, Gebet, Banis, Sat Nam Rasayan Heilkunst. Tantra: schwarz, rot, weiß, Mahan Tantric. Patanjali: Pratyahār, Dharana, Dhyana, Samadhi. Die 3 Minds, den Verstand schulen.

### **Modul 7**      **Humanologie**

Wir sind spirituelle Wesen, hier für eine menschliche Erfahrung. Der mögliche Mensch (Hu-man Be-ing). Die Wahl der Seele, die Reise der Seele, Geburt, 120 Tage, die Mutter. Frau-Sein/Mann-Sein, Aufwachsen, Mond-Punkte, Lebenszyklen. Meditationen für Frauen/Männer. Beziehungen – die höchste Form des Yoga. Venus Kriyas. Tipps für Kommunikation.

## **Modul 8 Rollen und Verantwortung(en) eines\*r Lehrers\*in**

Im Unterricht und außerhalb des Unterrichts. Die Kunst, ein\*e Schüler\*in zu sein: (Ge-)horche, Diene, Liebe, Glänze. 5 Stufen zur Weisheit, die 4 Fehler, 2 Gesetze: bleibe dran und liefere ab. Die Kunst, Lehrer\*in zu sein: Anstacheln, Provozieren, Konfrontieren, Erheben. Der Eid des Lehrers/der Lehrerin, die 16 Facetten. Unterrichtsstruktur, Unterrichtsvorbereitung - für Dich und die Klasse, Ton und Umgebung festlegen und bewahren. Klassen und Stundenplan. Vorbereitung, Beziehung zu Schüler\*innen, Verwaltung, Werbung (PR), Gurudakshina. Unterrichten an verschiedenen Orten, mit verschiedenen Gruppen, mit unterschiedlichen Levels. Vor, während und nach dem Unterricht. Stolperfallen: Macht/Geld/Sex. Kulturelle Aneignung. Die Zeit, den Ort, das Ambiente und die Leute managen.

## **Modul 9 Yogische Philosophie, Tod und Sterben**

Yogische Philosophie. Schlüsselbegriffe und allgemeine Konzepte. Maya und der Zyklus der Manifestation – die Leiter der Subtilität. Sutras von Patanjali, Wichtigkeit von Konzentration, Yamas und Niyamas im Detail, Pratyahār bis Samadhi. Tod und Sterben. Was passiert, wenn wir sterben und nachdem wir gestorben sind? Die Stufen, die Aspekte, die Möglichkeit, und die Technologie. Befreiung im Leben. Entspannung – ihre Wichtigkeit, verschiedene Techniken.

## **Ashram Experience – 5 Tage**

Die zehn Spirituellen Körper; Karam Kriya – angewandte Wissenschaft der spirituellen Numerologie. KY und Sikh Dharma: Unterschiede und Gemeinsamkeiten. Ressourcen eines Lehrers/einer Lehrerin, einschließlich Gemeinschaft und Kontinuität. Fragen und Antworten, Vorbereitung und Prüfung. Ansehen und erfahren von Yogi Bhajan mithilfe von Videos. Die Worte des Meisters erkunden – Buch: *The Master's Touch*. Die Fähigkeit zu unterrichten verbessern.

## **Prüfung Prüfung, Abschied und Ausblick, Gemeinschaftsbildung (Sangat)**

## **IV. TAGESABLAUF**

### **Samstag 9.30 – 18.00 Uhr und Sonntag 5.30 – 17.00 Uhr**

Sadhana	5.30 – 8.00 Uhr (nur So)
Frühstück	8.00 – 9.00 Uhr (nur So)
Unterrichtsbeginn	9.30 Uhr
Mittagspause	13.00 – 14.30 Uhr
Ende	18.00 Uhr (So: 17.00 Uhr)



## V. AUSBILDUNGORT

### AUSBILDUNGORT Bremen

Studio Prana

Neustadtswall 15

28199 Bremen

<https://studio-prana.de/>

### ASHRAM EXPERIENCE

Die Abschlusswoche findet im Kundalini Yoga Ashram in Boizenburg/Elbe statt.



## VI.

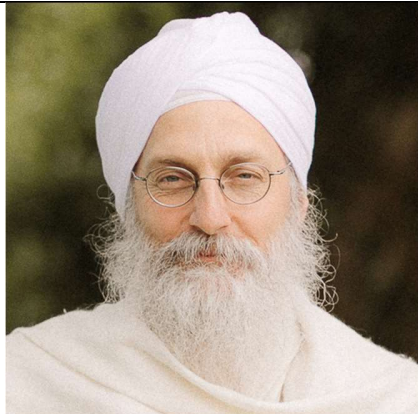
## VII. AUSBILDUNGSTEAM

Das Ausbildungsteam besteht aus vier Lehrer\*innen, die abwechselnd die Wochenenden unterrichten. Ausbildungsleiter ist Sangeet Singh Gill.

### Unser Ausbilder\*innen-Team für Bremen (inkl. KRI-Status):

- Sangeet Singh aus Hamburg (Lead)
- Nada Nihal Kaur aus Hannover (Associate)
- Amrit Sadhana Singh aus Berlin (Professional)
- N.N.





**Sangeet Singh Gill** unterrichtet Kundalini Yoga seit 1997 und ist seit 2007 Yoga Lehrer\*innen Ausbilder. Er ist Autor des Praxis-Buchs *Yoga – die Sanfte Revolution* (2016).

Neben den Ausbildungen ist er mit einer Workshop-Reihe zu den Themen *Yoga und Selbstwert* und *Gesund durch Yoga* in Deutschland unterwegs. Sangeet Singh beteiligt sich als Blogger und Publizist aktiv an aktuellen gesellschaftlichen Diskursen aus der Sicht des Yogas. Er ist u.a. an einem Austausch-Programm mit Yogalehrer\*innen aus der Ukraine und aus Russland beteiligt.

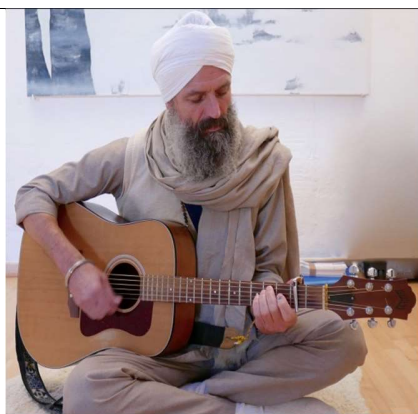
[www.yoga-infos.de](http://www.yoga-infos.de)



**Nadar Nihal Winckler** ist sowohl Dozentin, zertifizierte Heilpraktikerin für Psychotherapie, leidenschaftliche Beziehungsaktivistin und Musikerin. In ihrer Arbeit lässt sie ihr Wissen ganzheitlich einfließen und hilft Menschen durch die kleinen wie großen Herausforderungen des Lebens zu navigieren. Nicht nur Asanas und Psychologie, sondern auch die Musik haben sie gelehrt, immer wieder liebevoll mit sich, anderen und dem Leben in Verbindung zu treten.

Mit viel Einfühlungsvermögen, Menschenkenntnis und immer einem guten Witz auf Lager, schafft sie es, ihren Schülern die ureigene Weisheit auf eine sehr bodenständige Weise zugänglich zu machen.

[www.nadarnihal.de](http://www.nadarnihal.de)



**Amrit Sadhana Singh** unterrichtet und praktiziert seit vielen Jahren Kundalini Yoga. Er ist Kundalini Yoga Lehrer und Ausbilder, Vater von 4 Kindern und Musiker. Amrit Sadhana Singh reist international, um Menschen eine Erfahrung des Selbst und der wunderbaren Schwingungen des Sacred Chantings zu ermöglichen.

[www.amritsadhanasingh.com](http://www.amritsadhanasingh.com)


## VIII. KRITERIEN FÜR DIE ZERTIFIZIERUNG

Folgende Voraussetzungen sind notwendig, um das Abschlusszertifikat zu erhalten:

### **Kursgebühr**

Die volle Bezahlung der Ausbildungsgebühr und Eingang der Gebühren für die Abschlussprüfung.

### **Teilnahme an allen Modulen und der Ashram-Erfahrungswoche**

In Ausnahmefällen können einzelne Module im nächsten Ausbildungszyklus oder an anderen Ausbildungs-Standorten nachgeholt werden.

Die Maximaldauer der Ausbildung darf einen Zeitraum von zwei Jahren nicht überschreiten.

### **Ausbildungsstunden**

#### *Präsenzstunden*

- 200 Stunden Unterricht und Praxis (10 Module, 5 Tage Ashram Experience)
- Ansehen zweier Videos von Yogi Bhajan, die während der Ausbildungszeit gezeigt werden
- Die Mindestteilnahme an 5 Sadhanas (12,5 Stunden), innerhalb der Ausbildung Selbststudium
- 40 Tage Meditation (31 Min.) und Yoga-Praxis (Üben einer ausgewählten Kriya) sowie Führen eines Tagebuchs darüber
- mind. 12 Leseunden zur Verinnerlichung der Lehren

### **Außerdem**

- Teilnahme an einem Weißen Tantra Yoga (mind. 1 Tag) oder Gleichwertiges (bspw. Jappa-Meditation)
- bestandenenes Examen (mind. 75 % richtige Antworten bei der Abschlussprüfung)
- Teilnahme/Hospitation an mindestens 20 Stunden Kundalini Yoga Unterricht bei KRI zertifizierten Lehrer\*innen
- Zufriedenstellende Leistung im Probe-Unterricht; mindestens 1x reguläre Klasse unterrichten und 1x Sadhana anleiten

### **Einschätzung/Evaluation über die Studierenden**

Die endgültige Einschätzung über die/den Studierende/n bezüglich des Abschlusses der Ausbildung gründet sich zum einen auf die oben genannten Kriterien, zum anderen der von den Ausbilder\*innen gesammelten Gesamteinschätzung, u.a. auch abhängig von:

- der Beteiligung am Kurs
- dem Anleiten von Yogaunterrichtseinheiten innerhalb der Ausbildung
- dem generellen Verstehen und Umsetzen des praktischen Materials
- der Selbstverpflichtung auf die ethischen Richtlinien und die Qualitätsrichtlinien der 3HO
- dem zufriedenstellenden Ergebnis der Abschlussprüfung und der Hausaufgaben

Bei Bedarf beinhaltet diese Einschätzung auch ein Gespräch zwischen Studierendem\*r und Ausbilder\*innen (z.B. während der Ashram Experience).

## **Abschlussprüfung**

- Führen eines Tagebuchs bzgl. Erfahrung und Fortschritt, insbesondere in Hinblick auf die 40-tägige Praxis
- Schriftliche Hausarbeit
- Das Erstellen zweier exemplarischer Kurspläne für das eigene Unterrichten
- Erzielen einer zufriedenstellenden schriftlichen Abschlussprüfung

## **Feedback für die Ausbilder/innen**

Die Studierenden erhalten die Möglichkeit, eine kurze, vertrauliche Rückmeldung aller Ausbilder\*innen des Kurses abzugeben. Diese werden an die Zentrale des Kundalini Research Institutes (KRI) weitergeleitet.

## **Bei erfolgreicher Abschlussprüfung**

Der/die Teilnehmer\*in erhält das Zertifikat über den erfolgreichen Abschluss der KRI Stufe 1 „Instructor“ und ist damit international anerkannte\*r Lehrer\*in für das Unterrichten von Kundalini Yoga nach den Lehren von Yogi Bajan. Dies erlaubt das Eintreten in den Berufsverband für Kundalini Yoga Lehrer\*innen, sowohl auf internationalem (IKYTA) als auch nationalem Niveau (3HO Deutschland e.V.).

## **Wichtige Literatur**

- Das Ausbildungsbuch (*The Aquarian Teacher*)
- Jap Ji Sahib von Guru Nanak.

### *Weitere Empfehlungen:*

- *The Master's Touch (Die Berührung des Meisters)* von Yogi Bajan
- Die Yogasutren des Patanjali,
- andere Kundalini Yoga Bücher.

## **IX. WEITERE ANMERKUNGEN**

### **1. Lizenz-Organisationen:**

KRI ist der internationale Lizenzgeber für Kundalini Yoga Lehrer\*innen-Ausbildungen (Kundalini Research Institut) mit Sitz in Española NM, USA. Ausrichter und Leiter der der Ausbildung ist Sangeet Singh. Dieser steht für Nachfragen, Anregungen und als Unterstützung für den Ausbildungsprozess zur Verfügung.

Den organisatorischen Rahmen der Ausbildung bildet die von Shiv Charan Singh gegründete Karam Kriya Ausbildungsschule.

### **2. Zeitplan:**

KRI fordert die Fertigstellung der oben genannten „Kriterien der Zertifizierung“ innerhalb von zwei Jahren nach Beginn des Programms zur Zertifizierung/Qualifizierung.

Die Karam Kriya Schule fordert dazu auf, alle Arbeiten innerhalb von 18 Monaten nach Beginn des Programms abzugeben. Erst danach kann das Zertifikat für die Ausbildung übergeben werden. Dies lässt Zeit zur Bewertung und gibt dem Schüler bzw. der Schülerin eine Chance, jegliche

unbefriedigende Arbeit zu verbessern, für den Fall, dass Verlängerungen nötig sind, extra Hausaufgaben aufgegeben werden oder sich Unsicherheiten bei der Abschlussprüfung gezeigt haben, etc.

### **3. Abschlussprüfung:**

Jede\*r Schüler\*in erledigt sowohl die schriftliche Prüfung vor Ort als auch die Prüfung für zu Hause. Neben der schriftlichen Prüfung gibt es eine mündliche sowie ein persönliches Gespräch mit einem Prüfungsteam (Sangeet Singh und ein\*e weitere\*r Ausbilder\*in). Die Hausarbeitsprüfung wird innerhalb von 18 Monaten abgegeben (vom Beginn der Ausbildung ab gerechnet).

### **3. 40-Tage-Meditation:**

Die Karam Kriya Schule empfiehlt als Minimum eine 31-Minuten-Meditation.

**4. Einspruch:** Wenn Dir keine Zertifizierung bewilligt wird, hast du das Recht, bei KRI Einspruch zu erheben. Die Entscheidung von KRI wird endgültig sein.

### **5. Verpasste Wochenenden**

Wenn du aus irgendeinem Grund ein Ausbildungswochenende verpasst, dann kannst du es folgendermaßen ersetzen:

Du kannst bis zur nächsten Lehrer\*innen-Ausbildung in deiner Stadt warten und einfach das Wochenende besuchen, das du verpasst hast. Die Informationen zu Terminen sind auf der entsprechenden Webseite zu finden oder von der örtlichen Koordinatorin einzuholen. Alternativ dazu kannst du das gleiche Modul in einer anderen Stadt besuchen. Wenn die Ausbildung durch die Karam Kriya Schule lizenziert ist, dann musst du nur für örtliche Verpflegung und Unterkunft zahlen.

Bitte stelle sicher, dass wir eine schriftliche Teilnahmebestätigung (E-Mail/Brief) von der/dem örtlichen Koordinator\*in bekommen.

Wenn außerordentliche Umstände die o.g. Optionen nicht möglich machen, dann sprich bitte mit deinem/deiner Koordinator\*in vor Ort, um eine Lösung zu finden.

Wenn du drei oder mehr Ausbildungswochenenden verpasst, sollten diese Optionen erneut überprüft und von deinem/deiner Koordinator\*in oder dem Leadtrainer bestätigt werden.

Denke daran, dass du alle Module abschließen und deine Hausarbeiten innerhalb von zwei Jahren nach Beginn der Ausbildung abgeben musst. (Die Karam Kriya Schule fordert 18 Monate, so dass wir Zeit haben, um schriftliche Arbeiten zu bewerten und Feedback oder, wenn nötig, Ersatzleistung zu geben.)

X.

XI. INVESTITION und BEZAHLUNG

## Investition

**Deine Investition für die gesamte Ausbildung beträgt**

**bei Zahlung bis 18.08.2025: 2.800,- €**

**bei Zahlung danach 2.900,- €**

Enthalten sind alle Ausbildungswochenenden sowie folgendes Material/Zusätzliches:

- alle Ausbilderhonorare – auch für die Ashram-Erfahrungswoche
- ein umfassendes Ausbildungsbuch *The Aquarian Teacher* und ein Handbuch mit Übungen und Meditationen, sowie Begleitheft der Karam Kriya Schule (in deutscher Sprache).
- Administration und Organisation
- Begleitung und Unterstützung während der Ausbildung

Nicht enthalten sind:

- Kosten für Anreise und Unterkunft während der Ashram-Erfahrungswoche. Die Anreise wird individuell organisiert. Die Übernachtungskosten für 6 Nächte inkl. Vollverpflegung an 5 Tagen im Ashram betragen je nach Zimmerwunsch ca. 270,- bis 380,- €.
- Ebenfalls nicht enthalten sind Verpflegungskosten während der Wochenenden. Hier bieten wir normalerweise ein Mittagessen an, das für die Gruppe gekocht wird (ca. 25,- pro Wochenende).
- Hinzu kommen die Kosten für die Teilnahme an einem Weißen Tantra Yoga Tageskurs oder einer gleichwertigen Veranstaltung, z.B. an einer Jappa-Meditation (ca. 150,- €).

## Bezahlung

**Gesamtzahlung: 2.800,- € bzw. 2.900,- €**

Nach einer Anzahlung von 550,- € (Zahlungseingang spätestens 14 Tage nach Anmeldung) ist dein Platz gesichert. Bei eventuellem Abbruch der Ausbildung/Annullieren der Anmeldung deinerseits wird diese Summe nicht zurückerstattet.

Der restliche Betrag von 2.250,- € ist vor dem 18.07.2025 zu überweisen. Nach diesem Datum sind es 2.350,- €. Diese sind eine Woche vor dem ersten Kurswochenende zu überweisen.

**Ratenzahlungen: 2.950,- €**

Bei der Zahlung in Raten gilt folgende Regelung: Anzahlung von 550,- € (nicht erstattungsfähig) bis spätestens 14 Tage nach Anmeldung. Danach wird per Dauerauftrag vom 01. Oktober 2025 bis zum 01. Juli 2026 jeweils zum 1. des Monats der Betrag von 240,- € überwiesen (zehn Raten).

### **Rücktrittsvereinbarung**

Nach Anmeldung wird bei Annullierung der Anmeldung bis zum ersten Ausbildungswochenende die Anmeldegebühr (550,00,- €) erhoben.

Bei Rücktritt nach sieben Tagen oder mehr nach dem ersten Ausbildungswochenende ist der gesamte Ausbildungspreis zu begleichen. Bei besonderen Umständen bitten wir, persönlichen Kontakt mit der Koordinatorin aufzunehmen.

### **AUSSCHLUSSBEDINGUNGEN**

Die Karam Kriya Schule vertritt den Grundsatz der Nichtdiskriminierung in Bezug auf Geschlecht, sexuelle Orientierung, Religion, Alter und ethnischer Zugehörigkeit. Sie behält sich aber das Recht vor, Student\*innen abzulehnen aus Gründen der allgemeinen Nichteignung, ebenso wie den Ausschluss aus der Ausbildung als Konsequenz unangemessenen oder diskriminierenden Verhaltens. Dies gilt auch bei wiederholt versäumter Zahlung der Ausbildungsgebühr.

## **XII. KONTAKT-INFORMATIONEN**

Alle Infos findest Du auch auf unserer Website [www.yoga-infos.de](http://www.yoga-infos.de)

### **Ansprechpartner:**

(Organisatorisch) Siri Shakti Kaur, [ausbildung-bremen@yoga-infos.de](mailto:ausbildung-bremen@yoga-infos.de)

(Inhaltlich) Sangeet Singh, Tel. 0178 / 50 646 28, [info@keep-up.in](mailto:info@keep-up.in)

Homepage: [www.yoga-infos.de](http://www.yoga-infos.de)

**Bitte sende den Ausbildungsvertrag und deinen Kennenlern-Brief als Scan per Email oder per Post an:**

Sangeet Singh Gill  
Brookweg 35  
24568 Kaltenkirchen  
[info@keep-up.in](mailto:info@keep-up.in)

---

### **Trägerschaft der Ausbildung:**

Sangeet Singh Gill  
Brookweg 35  
24568 Kaltenkirchen  
Deutschland/ Germany

---



XIII.

## XIV. ANMELDUNG UND VERTRAG

### STUFE 1 AUSBILDUNG – KUNDALINI YOGA LEHRER\*IN

Geburtsdatum .....

Name .....

Adresse .....

Telefon .....Mobil.....

E-Mail .....

**Ich wähle folgenden Zahlungsmodus: (bitte ankreuzen)**

• **Gesamtzahlung: 2.900,- €**

Anzahlung von 550,- € bis spätestens 14 Tage nach Anmeldung.

Diese Summe wird nicht zurückerstattet, auch wenn der/die Anmeldende sich gegen die Teilnahme an der Ausbildung entscheidet.

Überweisung der restlichen 2.350,- € bis zum 28.09.2025 (Zahlungseingang).

• **Ratenzahlungen: € 2.950,- €**

Nicht erstattungsfähige Anzahlung von 550,- € bis spätestens 14 Tage nach Anmeldung.

Danach wird per Dauerauftrag vom 01. Oktober 2025 bis zum 01. Juli 2026 jeweils zum 1. des Monats der Betrag von 240,- € überwiesen (zehn Raten).

• **Frühbucher-Rabatt: 2.800,- €**

Bei komplettem Zahlungseingang bis zum 18.08.2025 (Zahlungseingang) verringert sich der Zahlungsbetrag auf € 2.800.

**Zahlungsinformation – bitte überweise deine Investition an:**

**Bankkonto:**

Sangeet Singh Gill

IBAN: DE30440100460794745464

BIC: PBNKDEFF

Kreditinstitut: Postbank Dortmund

Verwendungszweck: KYTT Bremen 2025 + Name

Ich habe 550,-€ nicht-rückerstattbare Anmeldegebühr überwiesen am .....

ich habe 2.900,-€ reguläre Gesamtzahlung überwiesen am.....

Ich habe 2.800,-€ Frühbucher-Gesamtzahlung überwiesen am.....

Hiermit bestätige ich meine Anmeldung für die Stufe 1 Ausbildung zur Kundalini Yoga Lehrerin/zum Kundalini Yoga Lehrer so wie oben beschrieben. Ich habe die Konditionen zur Zulassung zur Prüfung und zur erfolgreichen Vollendung der Ausbildung gelesen und verstanden. Ich habe verstanden, dass die vollständige Kursgebühr 2.900,- € beträgt und dass die darin enthaltene Anmeldegebühr von 550,- € spätestens bis zum 29. September 2025 auf oben genanntem Konto eingegangen sein muss, um mir einen Platz zu sichern. Diese Anmeldegebühr wird bei meiner späteren Absage nicht erstattet. Der Frühbucher-Preis von € 2.800,- € kann mir gewährt werden, wenn dieser volle Betrag bis spätestens 18.08.2025 eingegangen ist.

### **Haftungsausschluss**

Nach bestem Wissen und Gewissen gibt es weder einen körperlichen noch geistig-seelischen medizinischen Grund, diese Ausbildung nicht zu absolvieren. Ich verstehe, dass die Lehren Yogi Bhajans keinen Ersatz für medizinischen Rat darstellen.

Meine Beweggründe, warum ich diese Ausbildung machen möchte, gehen aus beigefügtem Schreiben (Kennenlern-Brief) hervor, ebenso wie meine derzeitige Yoga-Erfahrung.

.....  
Datum, Unterschrift

### **Adresse für Anmeldung/Vertrag inkl. Kennenlern-Brief<sup>1</sup>:**

Sangeet Singh Gill  
Brookweg 35  
24568 Kaltenkirchen  
[ausbildung@frankfurt-yoga.com](mailto:ausbildung@frankfurt-yoga.com)

Ausbildungsträger:  
Sangeet Singh Gill  
Brookweg 35  
24568 Kaltenkirchen  
Deutschland/ Germany  
SteuerNr. 016 821 31639

---

<sup>1</sup> In deinem Kennenlern-Brief bist du eingeladen, dich dem Ausbildungsleiter vorzustellen. Er ist für dich eine Möglichkeit der (Selbst-)Reflexion. Du erzählst von deiner bisherigen Yoga-Erfahrung und legst deine Motivation für die Ausbildung dar. Hier ist auch Raum, Hoffnungen, Wünsche und eventuelle Befürchtungen zu teilen. Als „Sankalpa“ vor der Ausbildung dient dir der Kennenlern-Brief auch dazu, deine Intention zu klären und zu schärfen.