

Kundalini Yoga Lehrer Ausbildung Stufe 2

Modul Vitalität und Stress

nur in Präsenz

6 Tage yogisches Weisheit und Praxis

09. bis 15. Februar 2027

Mit: Jivan Mukta Singh und Sangeet Singh (Lead Trainer)

Sprache: simultan deutsch/englisch

Modul: Vitalität und Stress

Ort: Kundalini Ashram in Boizenburg (bei Hamburg),
Baustraße 21, www.yoga-in-boizenburg.de

Weitere Infos und Anmeldung:

0178/5064628 (Sangeet Singh), info@keep-up.in

Anmeldung: <https://yoga-infos.de/de/termine/stufe-2/lehrer-ausbildung-stufe-2-modul-vitalitaet-und-stress>

Unsere Emotionen erzeugen mentale Verzerrungen, die unser Bewusstsein einnebeln und uns manchmal handlungsunfähig machen. Um dies zu erkennen, können wir mit Hilfe von spezifischen Yogaübungen unseren Persönlichkeitstyp definieren und mit unseren Stressfaktoren vergleichen. Beides zusammen führt zu einem besseren Verständnis unserer emotionalen Reaktionen.

Anschließend ist ein meditatives Trainieren des Geistes sinnvoll, um mit Hilfe der drei mentalen Anteile (positiv, negativ, neutral) herausfordernde Situationen meistern zu können.

Wir werden mit unserer emotionalen Erschöpfung konfrontiert, der wir durch zunehmender Sensibilität begegnen können. Sensibel zu sein hat allerdings einen Preis. Wir brauchen parallel zur vertieften Empfindsamkeit Werkzeuge, um ausdauernder, stabiler und mutiger zu werden.

Es nützt nichts, einfach nur belastbarer zu werden. Wir benötigen auch ein tieferes Verständnis von uns selbst, um an unseren Gewohnheiten arbeiten zu können.

Jivan Mukta Singh ist seit 10 Jahren Ausbilder für Kundalini Yoga Lehrer. Er ist Lead Trainerin für Level 1 und Level 2 und Mentor für neue Auszubildende

Sangeet Singh ist Autor und Kundalini Yoga Ausbilder. Er unterrichtet Yoga seit 1997 und hat zwei Bücher über Kundalini Yoga veröffentlicht: „Yoga, die sanfte Revolution“ (2016) und „Meme und Kundalini Yoga“ (2019).

Die Ausbildung ist lizenziert nach KRI - dem Kundalini Research Institut und 3HO International. Kundalini Yoga, wie es von Yogi Bhajan unterrichtet wurde.

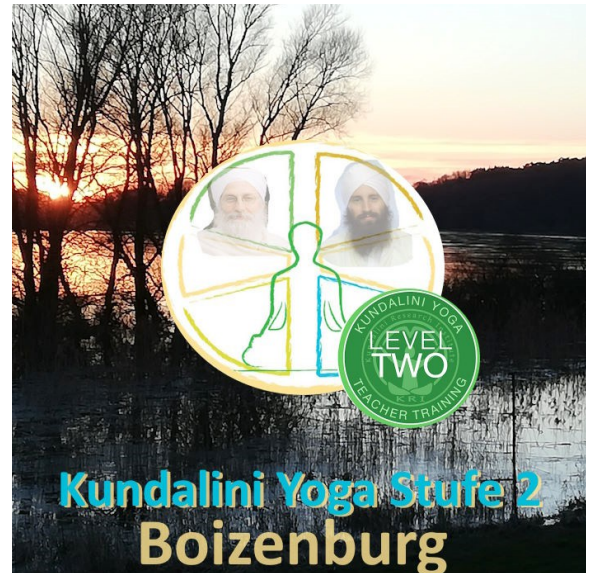
Kosten: 850,- Euro (plus optional Arbeitsmaterial, ca. 50,- Euro)

Frühbuchertarif: 750 Euro (bis 01.11.2026)

+ Plus 340,- (Mehrbettzimmer) oder 450,- (Einzelzimmer)
Unterkunft/Verpflegung.

Specials

- Sat Nam Rasayan (Meditative Heilkunst)
- Yogische Numerologie (Karam Kriya)



ANMELDUNG FÜR DIE STUFE 2 KUNDALINI YOGA AUSBILDUNG

09. bis 15. Februar 2027

Ausbildungsleitung: Sangeet Singh Gill, Co-Leitung: Jivan Mukta Singh

Hiermit melde ich mich verbindlich für das oben beschriebene Ausbildungs-Modul an. Diese Anmeldung bezieht sich nur auf das angegebene Modul. Es gibt 4 weitere Ausbildungsmodule. Die restlichen Module können mit diesem oder einem anderen KRI-Lizenz-Träger absolviert werden.

Organisation (Bitte diese Anmeldung hierherschicken, per Mail oder Post):

Sangeet Singh Gill, Brookweg. 35, 24568 Kaltenkirchen, info@keep-up.in

Lizenz: KRI, Kundalini Research Institut, www.kriteachings.org

Bankverbindung: Sangeet Singh Gill

Postbank Dortmund,

IBAN: DE30440100460794745464

BIC: PBNKDEFF

Betreff: Yoga-Ausbildung Stufe 2 - 2027 + Name

Ich wähle folgenden Zahlungsmodus: (bitte ankreuzen)

- o **Gesamtzahlung: 850,- €**
Nicht erstattungsfähige Anzahlung von 120€ bis spätestens 14 Tage nach Anmeldung.
- o **Frühbucherrabatt: 750,- €**
Bei komplettem Zahlungseingang bis zum 10. November 2026 verringert sich der Zahlungsbetrag.

+ Material (optional) 50,- Euro

Meine Beweggründe, warum ich diese Ausbildung machen möchte, gehen aus beigefügtem Schreiben/E-Mail hervor.

Name.....

Adresse.....

PLZ.....

Tel.:.....

Email.....

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, und absolviere die Ausbildung auf eigenes Risiko.

Datenschutzerklärung

Ich bin damit einverstanden, dass meine oben genannten persönlichen Daten an den Lizenzgeber für internationale Kundalini Yoga Ausbildungen KRI (Kundalini Research Institute, State Rte 106, Santa Cruz, NM 87567, Vereinigte Staaten) zu Verwaltungszwecken weitergegeben werden.

.....
Datum, Unterschrift