



Karam Kriya Schule Deutschland

## THE AQUARIAN TEACHER®

### KUNDALINI YOGALEHRER AUSBILDUNG STUFE 1

in Bremen

Ausbildungsbeginn:

**31. Oktober 2026**

Kundalini Yoga wie es von Yogi Bhajan gelehrt wurde

Zertifiziert durch KRI und IKYTA

**Ausbildungsleiter: Sangeet Singh Gill**





**Kundalini Yoga** kam 1969 aus Indien in den Westen und breitet sich seitdem weltweit aus. 2025 gab es 247 Ausbildungsdurchgänge in 42 Ländern. Damals gründete **Yogi Bhajan** (1927-2004) die 3HO, die *HappyHealthyHoly*-Organisation (glücklich, gesund, ganzheitlich), die auf dem universellen Prinzip basiert: „Es ist dein Geburtsrecht, glücklich zu sein.“

Inzwischen wird das Leben und Wirken von Yogi Bhajan

differenzierter gesehen. Kundalini Yoga 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. Zudem unterrichtet er die yogische Heilmethode Sat Nam Rasayan. Er ist Autor des Buches *Yoga – die Sanfte Revolution* (2016) sowie zahlreicher weiterer Schriften und Aufsätze. Sangeet Singh ist ein vielfältiger Lehrer mit weit gefächerter 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. Methodisch arbeiten wir am Körper und Energiesystem und individuell klarer, gesünder und stimmiger zu werden.
- 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. Dabei schauen wir offen dahin, wo Yoga heute steht. Wir ehren die Tradition und lassen gleichzeitig patriarchale Strukturen hinter uns. Dies öffnet den Raum für eine zeitgemäße, traumasensible Spiritualität.
- Themen wie spiritual bypassing, spiritueller Machtmissbrauch, Ethik und Integrität gehören bei einer tiefgehenden Auseinandersetzung mit Yoga dazu. Wir laden uns selbst ein einander mit Wahrhaftigkeit zu begegnen.
- Kundalini Yoga kann als integrale Kraft genutzt werden, um Grenzen zu überwinden und Mauern einzureißen.

## DATEN DER MODULE

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

<u>1. Definition von Yoga</u>	<b>31. Okt/ 01. Nov. 2026</b>
<u>2. Klang/Mantra und Kommunikation</u>	<b>22./23. Nov</b>
<u>3. Westliche und Yogische Anatomie</u>	<b>05./06. Dez.</b>
<u>4. Atem und Entspannung</u>	<b>23./24. Jan. 2027</b>
<u>5. Yoga-Reihen und Asanas (Haltungen)</u>	<b>20./21. Feb</b>
<u>6. Geist (Mind) und Meditation</u>	<b>14./15. März</b>
<u>7. Humanologie – Zyklen, Lebensstile, Beziehungen</u>	<b>17./18. April</b>
<u>8. Rollen und Verantwortung(en) eines*r Yogalehrers*in</u>	<b>29./30. Mai</b>
<u>9. Yogische Philosophie, Tod und Sterben</u>	<b>26./27. Juni</b>
<u>Ashram Erfahrungswöche</u>	n.n.
<u>Prüfung</u>	n.n.

## 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 Veränderun-

gen 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 Stolperfällen. Macht/Geld/Sex. Umgang mit Yogaidealen/ Instagram/ Gelenkigkeit. Trauma-Sensibles Yoga.

### **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)**

## 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)

Die Ausbildung ist eine reine Präsenz-Ausbildung. Videoaufnahmen sind nicht erhältlich.

## AUSBILDUNGSPORT

### **AUSBILDUNGSPORT Bremen**

Studio Prana  
Neustadtswall 15  
28199 Bremen  
<https://studio-prana.de/>

### **ASHRAM EXPERIENCE**

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

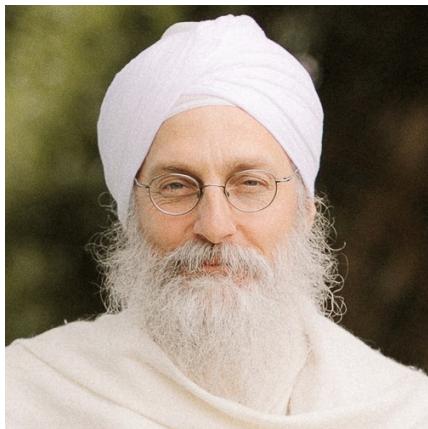


## AUSBILDUNGSTEAM

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)
- Akasha Kaur aus Neubrandenburg (Associate)
- Petra Darshan aus Hamburg (Associate)



**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)



**Nada 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)



**Akasha Kaur** unterrichtet seit bald 20 Jahren voller Hingabe Kundalini Yoga und Schwangerenyoga. In den vielen Jahren des Unterrichtens hat sie Menschen inspiriert im Kundalini Yoga eine Technik zu finden, die unterstützt, ein ganzheitliches und glückliches Leben zu leben und innerlich zu wachsen. Akasha Kaur erfüllt es mit Freude die Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan weiterzugeben. Seit 2016 organisiert Akasha Kaur erfolgreich Yoga & Wellnessreisen und Heilkreise für Frauen. Sie ist Mutter von 4 Kindern.

## 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 Ausbildungszzyklus 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 Lesestunden zur Verinnerlichung der Lehren

#### **Außerdem**

- Teilnahme an einem Weißen Tantra Yoga (mind. 1 Tag) oder Gleichwertiges (bspw. Jappa-Meditation)
- bestandenes Examen (mind. 75 % richtige Antworten bei der Abschlussprüfung)
- Teilnahme/Hospitalitation 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 Bhajan. 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 Bhajan
- Die Yogasutren des Patanjali,
- andere Kundalini Yoga Bücher.

## 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 Haus-

aufgaben 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, dass 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.)

### **6. Besondere Umstände**

- Bewerber, die schon eine Kundalini Yoga Ausbildung absolviert haben (an einer anderen Schule, in einer anderen Sprache etc.) erhalten nach Vorlage des Zertifikats einen Rabatt von 25 % auf den Ausbildungspreis.
- Aktuelle Schüler anderer Schulen in der Kundalini Teacher Ausbildung, die an bestimmten einzelnen Präsenzseminaren teilnehmen möchten, können dies für einen Beitrag von 350,- pro Wochenende tun. Für alle anderen ist keine Teilnahme möglich.

- Das 7. Wochenende der Ausbildung (Thema: Humanologie) ist offen für alle Interessenten außerhalb der Ausbildungsgruppe. Die Teilnahme kostet 350,- Euro.

# INVESTITION und BEZAHLUNG

## Investition

**Deine Investition für die gesamte Ausbildung beträgt**

**bei Zahlung bis 18.09.2026: 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 18.09.2025 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 2026 bis zum 01. Juli 2027 jeweils zum 1. des Monats der Betrag von 240,- € überwiesen (zehn Raten).

## **Stipendiumsprogramm**

Wenn du einer anderen Person die wenig Geld hat die Ausbildung ermöglichen möchtest, kannst

du 50 % mehr bezahlen, also 4.200,- €. Wenn niemand das zusätzliche Geld abruft, wird es dir zurückerstattet. Wenn du dir die Ausbildung nicht leisten kannst, melde dich gerne. Je nachdem, ob ein Platz frei ist sind Rabatte bis zu 50 % möglich.

### **Rücktrittsvereinbarung**

Nach Anmeldung wird bei Annulierung 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.

## **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

## 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 18.10.2026 (Zahlungseingang).

- **Ratenzahlungen: € 2.950,- €**

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

Danach wird per Dauerauftrag vom 01. Oktober 2026 bis zum 01. Juli 2027 jeweils zum 1. des Monats der Betrag von 240,- € überwiesen (zehn Raten).

- **Frühbucher-Rabatt: 2.800,- €**

Bei komplettem Zahlungseingang bis zum 18.09.2026 (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 Zu-

lassung 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 18. Oktober 2026 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 18.09.2026 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 (Kennenglern-Brief) hervor, ebenso wie meine derzeitige Yoga-Erfahrung.

.....  
Datum, Unterschrift

### **Adresse für Anmeldung/Vertrag inkl. Kennenglern-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 Kennenglern-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 Kennenglern-Brief auch dazu, deine Intention zu klären und zu schärfen.