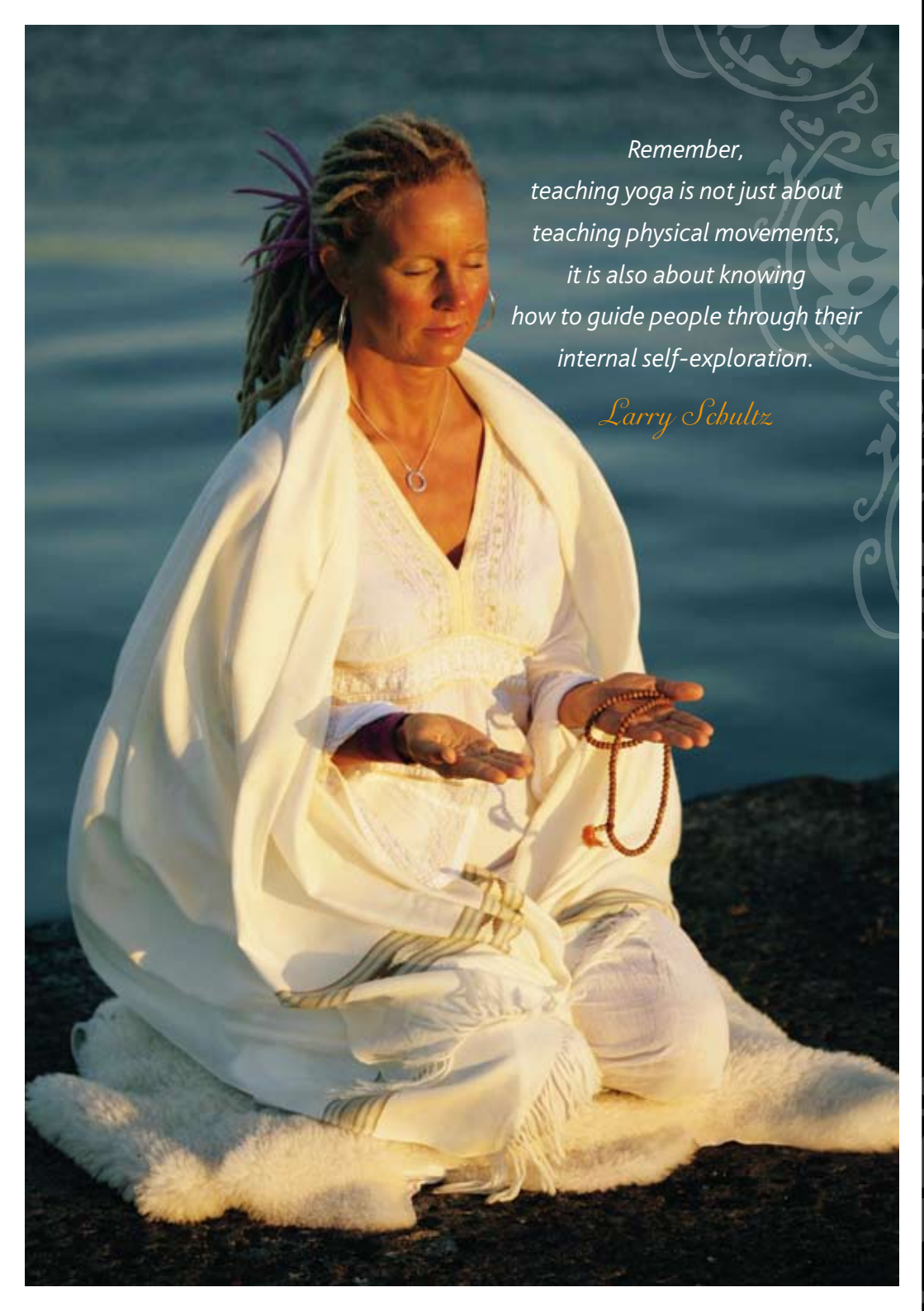


A woman with blonde hair, smiling, is sitting in a meditative pose (Padmasana) on a white mat outdoors. She is wearing a white, long-sleeved, ruffled yoga top and matching pants. Her arms are extended horizontally to the sides. The background consists of green foliage and trees. The text is overlaid on the center of the image.

Utbildning till
kundaliniyoga
lärare

Kurstart i
Göteborg
hösten 2012
och
Malmö
hösten 2013

A woman with dreadlocks and a purple flower in her hair is meditating on a beach at sunset. She is wearing a white shawl and holding prayer beads. The background is a blurred ocean and sky.

*Remember,
teaching yoga is not just about
teaching physical movements,
it is also about knowing
how to guide people through their
internal self-exploration.*

Larry Schultz

Kundaliniyoga

Kundaliniyoga som är en autentisk yogaform från Indien som förmedlats till oss av Yogi Bhajan. Kundaliniyoga kännetecknas av dynamiska rörelser som kombineras med andnings- och avslappningsövningar samt olika meditationstekniker. Syftet med yoga är att uppnå hälsa, balans och ökad medvetenhet. Kundaliniyoga passar dig som inte bara vill göra olika kroppsställningar utan också vill lära dig mer om yogisk filosofi och livsstil.

OM KUNDALINI YOGA VÄST OCH SYD

Kundaliniyoga Väst är en yogaskola som grundades 1995 av Wiveca Leuchovius. Vi har kontinuerligt arrangerat yogalärodbildning sedan 2002 och samtliga utbildningar har varit fulltecknade. Vi arrangerar även en yogalärodbildning i Malmö i samarbete med Jona Dalquist och Kundaliniyoga Syd. På båda utbildningarna är den internationellt kända yogaläraren Bhai Himat Singh mentor och huvudlärare. Unikt för våra utbildningar är att vi bjuder in ett stort antal internationella gästlärare med specialkunskap inom sina områden. Två utbildningsorter och kontinuerlig kursstart är en trygghet för dig och gör det möjligt att ta igen missade helger.

UTBILDNINGEN

Vi erbjuder den fullständiga 2-åriga utbildningen. Undervisningen är förlagd till centrala lokaler i Göteborg eller Malmö och vi träffas en helg per månad. Sammanlagt omfattar utbildningen 18 helger varav två 3-dagars sommarretreater. Mellan helgerna läser du den litteratur som specificerats samt utövar yoga och meditation hemma. Målet är att du skall skapa en egen daglig yogadisciplin.

Kurs & Lärare



KURSIÑNEHÅLL

Yogaövningar och yogapass
Andningsövningar
Medveten närvaro (mindfulness)
Avslappning
Mantra
Meditation
Yogans historia
Yogisk filosofi och Patanjalis Yogasutra
Ayurveda och yogisk kost
Österländsk anatomi och chakrasystemet
Din roll som yogalärare
Yogisk psykologi
Vetenskaplig forskning på yoga
Yogisk healing
Träning i att själv leda yogapass



INTERNATIONELL DIPLOMERING

Utbildningen följer en internationell kursplan som utformats av IKYTA (International Kundalini Yoga Teachers Association). Syftet är att utbildningens innehåll skall vara likvärdigt oavsett var någonstans i världen du går utbildningen. Utbildningen leder till att du blir internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare.

MÅL MED UTBILDNINGEN

Utbildningen till kundaliniyogalärare innebär att du...

- Fördjupar din upplevelse av yoga och meditation
- Öppnar upp för en personlig utvecklingsprocess
- Får en teoretisk och praktisk grund för arbetet som yogalärare

Bhai Himat Singh

Internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare och Level II Teacher Trainer. Bhai Himat har över 25 års erfarenhet av kundaliniyoga och har studerat både för Yogi Bhajan och hans lärare Baba Virsa Singh. Han driver idag en privat klinik i New Mexico, USA där han arbetar som Doctor of Oriental Medicine.



Wiveca Leuchovius

Internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare sedan 1994 och Lead Teacher Trainer. Wiveca är huvudansvarig för utbildningen i Göteborg. Hon har arbetat som yogalärare i 17 år och är författare till boken Kundaliniyoga för hälsa, livskraft och självkännetdom (ICA-förlaget 2004). Wiveca har en filosofie kandidatexamen i religionshistoria och läser på psykologprogrammet.



Jona Dahlqvist

Internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare från utbildningen i Göteborg 2002-2004. Hon har undervisat i kundaliniyoga sedan 2002 och är huvudansvarig för utbildningen till kundaliniyogalärare i Malmö. Jona är författare till boken Yoga – när som helst, var som helst (2009).



Gurudass Singh

Internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare och Level II Teacher Trainer. Gurudass lärde känna sin andliga lärare Yogi Bhajan 1971 då han var 17 år gammal. Han är numera bosatt i Chile men undervisar på yogaläroretutbildningar över hela världen. Han är speciellt känd för sin vackra röst och sin melodiosa musik och han har spelat in ett flertal mantraskivor. Gurudass är också lärare i den filosofiska skolan Advaita.



Anja Luhrs

Internationellt diplomerad kundaliniyoga- och meditationslärare sedan 1991 Teacher Trainer sedan 1999. Anja är verksam som yogalärare i Hamburg och undervisar på flera yogaläroretutbildningar i Tyskland, Polen, Ungern och Sverige. Hon är också lärare i anatomi och fysiologi på School of Naturopathy i Hamburg och känd för sitt poetiska sätt att beskriva den mänskliga kroppen. rare i den filosofiska skolan Advaita.



Info och ansökan

Utbildningskostnaden är 11 250 kr per termin (9000 kr plus moms). Den totala kostnaden för 4 terminer är 45 000 kr. I avgiften ingår delar av kursmaterialet. Kostnader för kurslitteratur och CD-skivor tillkommer. Detsamma gäller kostnader för kost och logi i samband med retreaten (1500 kr).

Anmälningavgiften på 2500 kr betalas direkt efter att du fått besked om antagning. Resterande del av terminsavgiften betalas senast 31 juli 2012 för utbildningen i Göteborg och senast 31 juli 2013 för utbildningen i Malmö. Det är möjligt att göra en delbetalning av kursavgiften och du betalar då 2500 kr/mån i 9 månader per år.

Anmälningavgiften återbetalas ej om du hoppar av mindre än fyra veckor före kursstart. Om du avbryter utbildningen under pågående termin återbetalas resterande del av terminsavgiften endast mot uppvisande av läkarintyg som visar laga förfall.

Du ansöker genom skriftlig anmälan på bifogad ansökningsblankett eller ladda ner ansökan från våra respektive hemsidor. Ju tidigare du skickar in din ansökan desto större chans att du får en plats på utbildningen. Vi skickar ut en bekräftelse på att vi fått din ansökan via e-post. Sista ansökningsdatum för Göteborg är 30 juni 2012 och för Malmö 30 juni 2013.



Baba Siri Chand 1494-1643

Vem kan delta?

Alla som har ett genuint intresse för yoga, som söker personlig utveckling och som har en vilja att hjälpa andra människor. Du behöver inte vara smidig eller jätteduktig på yoga. Du kan delta även om du inte har någon tanke på att undervisa utan bara vill gå utbildningen för din egen skull.

För att kunna tillgodogöra dig utbildningen på bästa sätt är det bra om du...

- Deltar i lärarledda kundaliniyogaklasser innan utbildningen startar för att få en uppfattning om vad kundaliniyoga är och om det passar dig.
- Förstår både svenska och engelska eftersom undervisning hålls på båda dessa språk.

VÄLKOMMEN MED DIN ANSÖKAN!



kundaliniyoga
VÄST

Wiveca Leuchovius, Kundaliniyoga Väst
Nedre Fogelbergsgatan 6a, 411 28 Göteborg. Tel 031-711 25 77.
www.kundalini-yoga.se



Jona Dahlqvist, Kundaliniyoga Syd
Boltenssternsvägen 55, 236 38 Höllviken. Tel 0708-177871.
www.yogajona.se



Form: Nira Hammarberg. Foto: Ulrika Verdelbo



*If you want to learn something, read about it.
If you want to understand something, write about it.
If you want to master something, teach it.*

Yogi Bbajan 1929-2004