

Veevalaja ajastu õpetaja

KRI Rahvusvaheline
Kundalini Jooga Õpetajakoolitus 1. taseme
2019 Eesti

Elu eesmärk on leida üles tõde,
reaalsus ja seda levitada. Anda see teistele
ja ülendada tõega nende vaimu,
et nad võiksid elada õnnelikult.

Elu eesmärk on muutuda
kahveltõstukiks
ja anda neile, kes on depressioonis,
ülim õnn.

-Yogi Bhajan

*"Sat Nam! Suur tänu imelise aja eest suurepärase inimestega.
Minus käivitasid need õpetused suure isikliku protsessi.
Täna kõiki õpetajaid selle kogemuse eest, mis nad andsid
Pea seda kursust väga oluliseks. Wahe Guru!"
- Nam Jiwan Kaur / Annika Reiumägi*



KRI 2016 OUTSTANDING ACHIEVEMENT AWARD granted to Sukhdev Kaur for her service in Estonia since 2004



KRI Level I International Kundalini Jooga Õpetajakoolitus 1. taseme Kundalini Jooga Joogi Bhajani õpetustel©

Karam Kriya Kooli ja Dharamsaali koostöös alustab koolitust 10. generatsioon õpetajaid.

Koolitus algab MÄRTS 2019



Joogi Bhajan, kundalini jooga meister, saabus 1969. aastal USAsse, ja rajas 3HO – õnnelikkuse, tervislikkuse ja pühalikkuse organisatsiooni, (Happy, Healthy, Holy Organization). Läbi 3HO, Kundalini Jooga Uurimisinstituudi (KRI) ja Kundalini Jooga Õpetajate Rahvusvahelise Assotsiatsiooni (IKYTA), Joogi Bhajan jagas neid hindamatuid õpetusi üle maailma.

Tema misioon:

"Ma tulin looma õpetajaid, mitte koguma õpilasi"

Tema põhimõte:

"Õnn on sinu sünniõigus"

Tema moto:

"Kui Sa ei näe Jumalat kõigis, ei näe Sa teda üldse."

Tema pärand:

***Kui soovid midagi teada, loe selle kohta.
Kui soovid midagi õppida, kirjuta sellest.
Ja kui soovid milleski saavutada meisterlikkust,
õpeta seda.***

***Kui Sa ei tea, kuidas tõsta teise inimese teadvust,
ei saa Sa kunagi tõsta enda oma. Lõpp.
Sa võid teada kogu maailma,
terve Universumi tarkust,
kuid see ei muuda mitte midagi.***

Eesmärgit:

- Mõista kundalini jooga põhiolemust, tehnoloogiaid ja kontseptsioone.
 - Kogeda muundumist läbi õpetuste praktika
- Arendada oskusi, enesekindlust ja teadvust, mis on nõutavad kundalini jooga õpetamisel
 - Arendada teadveloleku elustiili
- Kogeda ühtsustunnet teiste osalejate, kohalike õpetajate ja 3HOga terves maailmas
 - Rajada läbi Yogi Bhajani meistriõpetuste ühendus Kuldse Ketiga
- Luua õitsengut ja ülendatust iseendi elus ning kõigis, kellega Su eluteed ristuvad



DHARAMSAAL
School of Kundalini Yoga and Humanology
Tallinn, Estonia
In partnership with Karam Kriya School
and the Guru Ram Das Institute, Estonia



KUNDALINI YOGA TEACHER TRAINING LEVEL 1
Program recognised and registered
under the Kundalini Research Institute, USA

KOOLITAJAD:

Shiv Charan Singh (UK/Portugal) (Lead Trainer)

Shiv Charan Singh on üle maailma tunnustatud Kundalini jooga 1. ja 2. aste ning Karam Kriya numeroloogia õpetaja alatest varajastest 80datest. Ta on Karam Kriya kooli ja keskuse looja nii Inglismaal kui ka Portugalis. Ta on pärit Šotimaalt ning oma õpetustes silmapaistev ja autentne. Karam Kriya tähendab tegutsemist spirituaalse teadlikkusega. Shiv Charan on õpetajana pühendunud õpilaste spirituaalse arengu toetamisele, et aidata meis välja tuua endas peituv potentsiaal. Ta on kogenud nõustaja, ja kirjutanud mitmeid raamatuid suhtlemise, rakendusnumeroloogia ning poesia teemal. Ta viib läbi koolitusi kogu maailmas. Elab oma perega Portugalis, Quinta Do Rajo Ashramis



Sukhdev Kaur (Mehhiko/Eesti) (Lead Trainer)

Sukhdev Kaur tuli Mehhikost Eestisse 2004. aastal. Seiklustele avatud hingena asus ta julgelt ning oma missiooni uskudes esialgu Kundalini joogat õpetama oma elutoas. Sealt edasi juba mitmetes institutsioonides ja ettevõtetes kohtades ning firmades. 2014. aastal asutas Sukhdev Dharamsaali – Kundalini jooga ja humanoloogia keskuse Tallinnas Eestis ning 2015 aastal. Guru Ram Das instituudi ja Rajamaa ashrami Raasiku vallas Harjumaal. Ta on arhitekt, linnaplaneerija, doula, teadliku raseduse jooga õpetaja ning platsenta spetsialist. Ta arendas välja Teadlike Vanemate Programmi, mis aitab integreerida joogatarkust igapäevasesse pere-ellu. Sukhdevi järgmine projekt on luua Eestis dharmiline, demokraatiline ning metsa põhikooli ashramis.



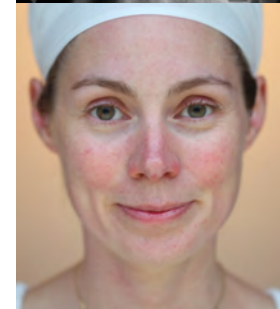
Ardaas Singh (Hispaania/Portugal)

Ardaas Singh alustas oma karjääri muusikuna, õpetajana ülikoolis ning uurijana. Tal on Inseneeria doktori kraad, kuid tema elu on pühendunud vaimsetele õpetlustele. Ta on täiskohaga Karam Kriya consultant, Kundalini jooga õpetaja, Sat Nam Rasayani tervendaja ning Mantra joogi. Ta alustas oma jooga õpingutega Šotimaal ning ta õpis Kundalini jooga instruktoriks USAs, Hacienda de Guru Ram Das, New Mexicos. Ta õppis Muz Murray käe all Mantra jooga Prantsusmaal ja Indias, ning reisid üle Euroopa Shiv Charan Singhi õpetuste saamiseks.



Satwant Kaur (Kanada/Suurbritannia)

Satwant on õpetanud Kundalini joogat ligi 20-aastat, esialgu oma kodumaal Kanada ning aastast 2005 ka Suurbritannias, elades nüüd Birminghamis. Satwant õpetab õpetajakoolitustel nii Suurbritannias kuid rahvusvaheliselt. Tema profesioon on kõne ja keele terapeut, töötab tervise valdkonnas täiskasvanutega, kellel on neuroloogilised diagnoosid. See taust on temas äratanud huvi mantra, heli ning anatoomia vastu. Ta armastab muusikat, ning on 2017. aastal väljaandnud oma esimese plaadi, Path of Love.



Bibi Nanaki Kaur (Saksamaa)

Bibi Nanaki Kaur leidis Kundalini jooga 1997. aastal, ja tal on suur au olla osa KRI juhtivõpetajate kogukonnast, viies läbi L1, L2, ning 21 astet meditatsioonis programmid aastast 2003 ülemaailma. 2018. aastal ta lõpetas oma 3. astme koolituse. Ta on läbinud jooga teraapia koolituse Shanti Shanti Kauriga New Mexicos. Alates 2004. aastast tema kirg on Gongi mängida ning on õppinud kolme gongi meistrite käe all. Ta kohtus Yogi Bhajaniga erinevates kohtades USAs ning Euroopas. Ta töötab rahvusvahelistel konverentsidel hispaania ja inglise keele tõlgina.



Kõik juhendajad on KRI sertifitseeritud ning Aquarian Trainer Academy aktiivsed liigid.

KUUPÄEVAD:

Moodul:	Reede õhtud enne koolitust:	Koolituse kuupäevad	Koht
Moodul 1		9-10 märts 2019	Dharamsaal (Tallinn)
Moodul 2		30-31 märts	Dharamsaal
Moodul 3		27-28 aprill	Dharamsaal
Moodul 4		25-26 mai	Dharamsaal
Praktikum (väljasõit 3.5 päeva)	Kohalejõudmine 27.ndal peale lõuna, lõpetamine 30.ndal lõunaga	27-30 juuni	Guru Ram Das Ashram @ Rajamaa
Moodul 5	12.05 Reedel Kirtani õhtu Satwant Kauriga (valikuline)	13-14 juuli	Dharamsaal
Moodul 6 (väljasõit 2.5 päeva)	Kohalejõudmine 16.ndal peale lõuna, lõpetamine 18.ndal õhtul	16-18 august	Guru Ram Das Ashram @ Rajamaa
Moodul 7	13.09 Partneritega tund kl 18 (osa koolitusest)	13-15 sept	Dharamsaal
Moodul 8		19-20 oktoober	Dharamsaal
Moodul 9	18.11 Reedel Kirtani õhtu Ardaas Singhiga (valikuline)	9-10 november	Dharamsaal
Praktikum		7-8 detsember	Dharamsaal
Ashram Experience	5 päeva intensiivne moodul	9-13 jaanuar 2020	***
Praktikum ja eksam	14.02 Reedel Kirtani õhtu Sukhdev Kauriga (valikuline)	15-16 veebruar 2020	Dharamsaal

* Korralajad jätavad endale õiguse kuupäevi muuta kuni koolituse alguseni..

**Moodulite nädalavahetustel on osalejatel võimalik Dharamsaalis ööbida väikese tasakaalupanuse eest.

*** Ashram Experience moodul on 9-13 jaanuar 2020 aastal võimalik läbida Quinta do Rajo, Portugalis (lisandub transport, majutuse/toitlustuse kulud) või Dharamsaalis (ei lisandu juurde kulusid). Osalejad peavad hiljemalt 5ks mooduliks oma valikust teada andma.

TOIMUMISPAIGAD:

Tallinna moodulid: Dharamsaal, Liivalaia 11/1-14, Tallinn.
www.dharamsaal.ee
Suvine väljasõit: Guru Ram Das Ashram, Rajamaa, Kalesi küla,
Raasiku vald, Estonia www.grd.ee
Ashram Experience: Quinta Do Rajo, Sintra, Portugal
www.quinta-do-rajo.pt

PÄEVAKAVA

5:00 Sadhana (hommikune jooga)
8:00 Hommikusöök ja seva aeg
9:00 Õppeaeg
13:00 Lõuna
14:00 Õppeaeg
18:30 Päevalõpp (orienteeruv)
*Väljasõidul lisaks õhtune õppeaeg



Gongi lödvestus Rajamaal



Sadhana Rajamaa kupli all



Kirtaniõhtu Quinta Do Rajo, Portugalis



Kriya ülevaade Portugalis



DHARAMSAAL

School of Kundalini Yoga and Humanology
Tallinn, Estonia
In partnership with Karam Kriya School
and the Guru Ram Das Institute, Estonia



KUNDALINI YOGA TEACHER TRAINING LEVEL 1
Program recognised and registered
under the Kundalini Research Institute, USA

ÕPPEKAVA:

Moodul 1: Jooga päritolu, alused ja etapid. Õpetajaks saamine ja õpetaja identiteet.

Sissejuhatus ja õppekava tutvustus. Mis on jooga, Jooga eesmärk, Ajalugu ja alused. Veevalaja ajastu. 7 sammu õnneni. Joogaliigid: Traditsioonilised ning kaasaegsed. Kundalini Jooga teiste joogade emana. Ilmikelu (kodupidaja) Dharma. Shakti/Bhakti, Kuldne Kett. Adi Mantra ja kundalini jooga tunni struktuur. Baba Siri Chand, Guru Ram Das, Yogi Bhajan. 3HO Koodeks ja Kundalini Jooga Õpetaja Kutsestandard Õpetaja identiteet, vanne. Õpetaja 16 eri tahku. Kundalini jooga alused ja lukud.

2. Moodul: Shabd guru, mantra ja sadhana.

Shabd guru: Heli kvantehnoloogia. 4 juugad, Naam ja Kali Yug. Kalade - Veevalaja ajastu aegade muutumine ja väljakutsed. Mida me vajame sellel ajastul. Ennesetundlik inimene: Keha suhtlemise süsteemina. Mantra: tähendused, efektid ja kuidas Kundalini jooga mantrad loitsida. Sadhana: sinu isiklik igapäevane vaimne praktika. Sadhana olulisus ning väärtus. Ehita ning pühendu oma sadhana praktikat aeglaselt ja kindlalt

Moodul 3: Keha kaart – jooga ning lääne anatoomia

Lääne anatoomia: süsteemid ning spetsiifilised organid. Kuidas jooga ja toitumine aitab. Jooga protsess: energeetika, noorendamine/ tasakaal/eemaldamine (G.O.D.) Jooga anatoomia: Gunad, tattwad, tšakrad, nadid, vayud, prana/apana. Kundalini rada. Bhandad ja vertikaalne rännak

Moodul 4: Elades ja hingates

Pranayama: Keha - hingamise - aju - teadlikkus. Hingamine: Mida, kuidas ja miks. Hingamise iseloom, tähtsus, variatsioonid ja mõju. Elustiil: juhtnöörid, tarkus ja nõuanded igas elu aspektis. Ärkamine, hüdroteraapia, toitumine ja dieetid, päeva ajad, kuidas magada hästi. Hoiatused ja lõksud. Jõud/raha/seks. Sõltuvused ja kuidas jooga aitab

Moodul 5: Asendid – Tehnoloogia aegadeks

Asana: nurgad, kolmnurgad, rütmed. Tagajärjed/kasud/hoiatused. Variatsioonid, põhimõtet ja juhtnöörid praktikaks. Kriya kontseptsioonid ja praktikad.

Moodul 6: Meel ja Meditatsioon.

Tehnikad, liigid, seisundid ja astmed. Aeg minutites ja päevades Keskendumine. Patanjali: Pratyahaar, Darana, Dhyana, Samadhi. 3 meelt, meele koolitamine.

Moodul 7: Humanoloogia

Oleme vaimsed olendid inimkogemuses. Potentsiaalne inim olend (hu-man be-ing). Kehastuv hing. Hinge valik. Raseduse 120 päeva, sünnitus, ema. Elutsüklid. Olles mees/naine. Suureks kasvada. Kuupunktid, Meditatsioonid mehele ja naisele. Suhted: kõrgeim jooga. Veenuse kriyad, Suhtlemise nõuanded.

Moodul 8: Rollid ja vastutused

Tunni sees ja tunnist väljas. Õpilaseks olemise kunst. 5 õpilase astet, 4 viga vaimsel rajal, 2 õpetajaks olemise seadust (hoia üleval ja toimetada õpilased lõpmatuseni) Õpetaja loomus ja kunst. Õpetaja vanne. Õpetaja 16 eri tahku. Erinevates kohtades õpetamine, erinevad astmed ja erinevad rühmad. Rasked küsimused ja situatsioonid. Enne ja pärast tundi. Sõnum, meedia ja turg. Enda ja tunni ettevalmistus. Aja, ruumi, õhkonna ja inimeste majandamine. Kundalini Jooga ja Sikh Dharma seos.

Moodul 9: Jooga filosoofia, surm ja suremine

Filosoofia: põhiteemad ja mõisted. Patanjali suutrad ja 8 jooga haru. Keskendumine. 5 Yamas ja 5 Niyamas, Pranayamast Samadhini. Maya, Ilmutuse tsükkel ja peensuse redel. Surm ja suremine: Mis toimub surma ajal ja pärast surma. Astmed, protsess, võimalus ja tehnoloogia. Surnud/vabanenud elus.

Ashram Experience: Täitmine ja jätkuvus

10 vaimset keha. Vaimse numeroloogia rakenduslik teadus (Karam Kriya). Kundalini jooga ja Sikh Dharma seos. Õpetaja resurssid (sh kogukond ja jätkuvus). Vastused ja küsimused. Yogi Bhajan'i video kogemused.

Praktikumid: Lisa-aeg koosolemiseks, aruteluks ja praktikaks

Yogi Bhajani elulood. Jooga ajaloost lähemal, Meistri sõnade tunnetus: Master's Touch raamatu presentatsioonid. Yogi Bhajan'i video kogemused. Jõulised kriyad ja pikad meditatsioonid (62 min ja 2.5 t). Isiklik check-in (konsultatsioon). Enda õpetamise tehnika täiendus. Joogalike toitumise ettevalmistamine gruppides. Vastused ja küsimused.





DHARAMSAAL
School of Kundalini Yoga and Humanology
Tallinn, Estonia
In partnership with Karam Kriya School
and the Guru Ram Das Institute, Estonia



KUNDALINI YOGA TEACHER TRAINING LEVEL 1
Program recognised and registered
under the Kundalini Research Institute, USA

Tunnid:

- * 300 ak. tundi klassiruumis õppimist ja praktikat (30 õppepäeva)
- * 40 päeva meditatsiooni ja joogapraktikat [so 31 min päevas – õpilase omast ajast]
- * 12 tundi lugemist [vt põhivara lugemine (fookus tehnoloogia ja tema mõjude teadmisel ja mõistmisel)]
- * Osalemine vähemalt 10. sadhanal/hommikusel meditatsioonil (12.5t) [õppepäevadel]
- * Selle aja sisse kuulub vähemalt kahe Yogi Bhajani videotunni vaatamine.
- * Ettevalmistada ja/või läbiviia seva projekt kus rakendatakse Kundalini jooga õpetused.

Tasu: kõik osavõtutasud peavad olema enne 9. õppenädalavahetuse algust.

Osavõtt: Õpilased peavad osalema kõigidel õppenädalavahetustel, (sh suvine väljasõit ja Ashram Experience). Erandina ja erijuhtudel võib õpilane lõpetada kursuse, võttes osa tulevases Karam Kriya Koolis Kundalini Jooga õppeprogrammist 2020 Eestis või mujal Euroopas (hiljemalt 2 aastat koolituse alguse kuupäevast)

Valge Tantra: Rahvusvahelise sertifikaadi saamiseks (KRI sertifikaat USA-st) on lisaks ülalkirjeldatud tundidele nõutud, et õpilane osaleb vähemalt ühel Valge Tantra jooga (WTY) päeval. NB!*Urban Dharma OÜ väljastab tõendi kõigile vaatamata sellele, kas on osalenud WTY päeval või mitte.

Lugemine: Põhivara lugemine: kursuse õpik ja kaks peatükki Yogi Bhajani raamatust "The Master's Touch". Soovitatav kirjandus: Pantajali Suutrad ja teised kundalini jooga käsiraamatud või üks kõik milline teos tšakratest.

Seva: Osalejad panustavad grupi heaolusse isetu teenimise kaudu, mis väljendub grupiprotsesside praktiliste teemade ja sujuvuse eest hoolitsemises. See tähendab vaheldumisi hommikusöögi ja lõuna ettevalmistustöid, kokkamist ja serveerimist ning hilisemat koristamist

Lõuna: Lõuna on kursuse hinna sees esimesel nädalavahetusel. Teistel päevadel on igal osalejal palutud kaasa võtta taimne lõunasöök, mida saab ka teistega jagada. Selle jaoks lepatakse kokku lihtsad reeglid esimesel koolituspäeval. Hommikusöök on koolituse hinnas, kuid osalejad saavad sinna ka ise panustada, tuues lisaks tervislikku toitu. Ashram Experience'il on toidul koos majutusega eraldi hind (vt all).

Lisatunnid: Õpilastelt nõutakse kursuse ajal või peatset pärast seda, vähemalt 20 kundalini jooga tunnis osalemist, mille viib läbi Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingus (Eesti IKYTA) registreeritud õpetaja/liige. Tundide hind ei ole koolituse sees.

Õpilase hindamine: Lõplik hinnang õpilasele, kursuse lõpetamise kohta, põhineb eeltoodud kriteeriumide täitmisel kui ka juhendaja antud üldhinnangul:

- * Õpilase pühendumus õppetööle (kaasa arvatud joogatundide juhtimine)
- * Praktilise materjali mõistmine
- * Pühendumine 3HO Koodeksile ja Kundalini Jooga Õpetaja Kutsestandardile (3HO Code of Professional Standards for Kundalini Yoga Teachers)
- * Küllaldaselt hea eksami ja kursusetöö sooritamine (vt allpool)
- * Kui osutub vajalikuks, sisaldab hindamine ka intervjuud õpilase ja kahe juhendava õpetaja vahel
- * Seva projekti ettevalmistus- teenida teisi Kundalini jooga vaimus. See peab olema tehtud, dokumenteeritud ja esitatud enne eksamit koos kõikide dokumentide/paberitega.

Eksam ja kursusetöö:

- * Pidada kogemuse ja edenemise päevikut [eriti – kirjeldada 40 päevaseid praktikaid]
- * Sooritada küllaldaselt heale tulemusele kirjalik eksam
- * Kavandada kaks eraldi kursuse õppekava

Hinnang juhendajale: Õpilane peab täitma iga juhendava õpetaja kohta lühikese hinnangulehe, mis saadetakse Kundalini Jooga Uurimisinstituudi (KRI) peakorteris.

Lõpetamisel: Õpilane saab Kundalini Research Institute (KRI) I taseme, Yogi Bhajani õpetustel põhineva, rahvusvahelise kundalini jooga instruktori tunnistuse. Koolitus kvalifitseerib õpetaja registreeruma Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu (IKYTA EESTI) ning Rahvusvahelise Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu (IKYTA). Kõikidel osalejatel on võimalik registreerida ennast Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu liikmeks juba õpingute aastal. Sisseastumise ja aastamakse EI OLE koolituse hinna sees. Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühingu pakub õpetajatele õpetajate kogukonna tuge, sh muude kursuste ja koolituste soodustused. Vt.

www.kundaliniyoga.ee

Küsimused ja info: Sukhdev Kaur Khalsa +37253731839 sukhdevkaur@khalsa.com



DHARAMSAAL
School of Kundalini Yoga and Humanology
Tallinn, Estonia
In partnership with Karam Kriya School
and the Guru Ram Das Institute, Estonia



KUNDALINI YOGA TEACHER TRAINING LEVEL 1
Program recognised and registered
under the Kundalini Research Institute, USA

ÕPPETASUD:

Terve koolituse hind on 2448 EUR (registreerides hiljemalt 11.12.2018, teised võimalused on välja toodud allolevas maksegraafikas.)

Hind sisaldab: õpetust, õpikud, hommikusöögid, lõuna 1. nädalavahetusel, majutus suvisel väljasõidul (telkides või ühisestoa), haldust, eksamit, sertifikaati.

Hinnale lisandub: väljasõidu transportikulud (lennuki piletid Lissabonni, sõit lennujaama-QdR-lennujaama), majutus ja toitlustus Quinta do Rajos (ca 280 eur kokku, täpne summa kinnitatakse koolituse alguses), lõunasöök moodulitel ning Valge Tantra Jooga.

Ettemaks: Mittetagastatav ettemaks tuleb esitada koos sisseastumisavaldusega, et tagada koht koolitusel.

Võrdsete võimaluste poliitika: austades mittediskrimineerimispoliitikat, tegemata vahet soolise, seksuaalse orientatsiooni, usuliste põhimõtete või etnilise kuuluvuse alusel, jätab korraldaja endale õiguse keelata sissepääs igale õpilasele kelle puhul on ilmnenud sobimatu diskrimineeriv käitumine.

Kursus toimub eesti keeles (osaliselt inglise keeles kohapeal tõlgitud eesti keelde). Vajalikult ka vene keeles – palun võta ühendust kui osutab vajaliku vene keelne tõlget.

MAKSEGRAAFIK (EUR)	Ettemaks	1 osamakse	2 osamakse	3 osamakse	4 osamakse	5 osamakse	6 osamakse
	Maksetähtaeg:	8.03.2019	26.04.2019	26.06.2019	15.08.2019	18.10.2019	18.11.2019
Varaja registreerija osamaksetena (kokku 2448)	374 (tähtaeg 11.12.2018)	350	350	350	350	374**	300
Ühekordne makse ((kokku 2448)	2448 (tähtaeg 10.01.2019)					374**	
Osamaksetena hilisema registreerijale (kokku 2498)	424 (tähtaeg 07.02.2019)	350	350	350	350	374**	300
Osamaksetena viimase minuti registreerijale (kokku 2598)	524 (tähtaeg 06.03.2019)	350	350	350	350	374**	300

* Erilisel olukorral on ka võimalik isikliku maksegraafika eelnevalt kokkuleppida.

**5. Osamakse tuleb maksta Urban Dharma OÜ või Quinta do Rajo kontole vastavalt oma valikust (kas osaled Eestis või Portugalis) vaata üleval Ashram Experiene kohta infot)

*** Dharamsaal (Urban Dharma OÜ) on Eesti Töötukassa koolituskaardi koostööpartner. Vaata lisaks: <https://www.tootukassa.ee/koolitused/koolitaja/11542394>

Kasulikud veebisaidid ja lisa sündmused:

3HO (Healthy, Happy, Holy Organization) www.3ho.org
3HO Europe www.3ho-europe.com
Kundalini Research Institute www.kriteachings.org
Eesti Kundalini Jooga Õpetajate Ühing www.kundaliniyoga.ee
Karam Kriya School and supporting material www.karamkriya.org
Shiv Charan Singh and Karam Kriya events www.karamkriya.com
Dharamsaal, Kundalini jooga ja Humanoloogia keskus Tallinnas www.dharamsaal.ee

Koolituse infotunnid Sukhdev Kaur Khalsaga ja lõpetajatega Sangati ning Gurdwara õhtutel Dharamsaalis:
- Dharamsaali Sadhanad: 22-23 sept 2018, 20-21 okt, 25-25 nov, 26-27 jaan 2019
Kundalini Jooga algajate kursus Dharamsaalis September 2018, jaanuar 2019
3HO Euroopa jooga festival Prantsusmaal 27.07-3.08.2019
Eesti Kundalini Jooga Õpetajate ühingu laager 6-8.09.2019

*"Sat nam. Olen rõõmus ja tänulik et selle teele asusin
ja olen tänulik võimaluse eest õppida sellise õpetaja juures nagu Sukhdev.
Sa inspireerid ja torgid ja julgustad nii oma sõnade kui ka kogu oma olemusega.
Täna sind selle eest. Kursus on olnud tore, kogu organisatoorne pool ladus ja infovahetus sujuv.
Et Sul jätkuks alati jõudu, armastust ja tahet seda tänuväärset tööd teha ja uusi õpetajaid luua. Päikest!"*

- Siri Prem Kaur / Kristel Tõnisson





DHARAMSAAL
School of Kundalini Yoga and Humanology
Tallinn, Estonia
In partnership with Karam Kriya School
and the Guru Ram Das Institute, Estonia



KUNDALINI YOGA TEACHER TRAINING LEVEL 1
Program recognised and registered
under the Kundalini Research Institute, USA

KUNDALINI JOOGA ÕPETAJATE KOOLITUSE I ASTME SISSEASTUMISE VORM- 2019

Taotlen vastuvõttu KRI 1. Taseme kundalini jooga õpetajate koolitusele.

Olen lugenud ja olen nõus koolituse lõpetamise tingimustega. Olen aru saanud ja nõus, et minu ettemaks broneerib koht koolitusele, ja olen nõus maksma terve koolituse summa (vastavalt maksegraafikale) ning maksan koolituse eest täielik summa hiljemalt 9. moodulil.

Sünnikuupäev (pp/kk/aaaa)
Isikukood
Nimi
Vaimne nimi (kui on)
Aadress.....
.....
Telefon/ Mobiil.....
E-post.....
Amet.....
Vajan arvet firmale? (palun kirjuta rekvisiidid)

Ülekanded palume tasuda:

***Registreerides alates eraisikutele /
firmadele 15.02.2019 palume maksed teha
kontole:**

Guru Ram Das Instituut MTÜ
EE597700771002082177

Märgi juurde "Kundalini jooga õpetajate
koolitus 2019", osaleja nimi ja makse liik
(deposit, osamaks #)

Esimene osamaksu tasumine võimaldab
õpilasel kätte saada I taseme õpik.

.....
**Firmadele arve sadatakse alles siis, kui makse (ettemaks/osamaks) on laekunud!*

Selgitan põhjuseid, miks ma soovin sellel kursusel osaleda ning minu joogaalast kogemust käesoleva hetkeni:

.....
.....
.....
Sinu tervislik seisund. Kas sul on esinenud või esineb alljärgnevaid haigusi? Kui jah, siis palun täpsusta. Liigestehaigused, südame -
veresoonekonna haigused, kõrgeenenud/madal vererõhk, kopsuhaigused (astma, krooniline bronhiit jm), diabeet (suhkruhaigus),
kilpnäärmehaigused, selja probleeme /lülisamba (kaelalülide, diskid vms), erinevad operatsioonid, traumad. Psüühikahäired (depressioon,
ärevus, psühhioosid vms). **Õpilane vastutab enda tervise eest!!!!

.....
.....
Kas tarvitad psühhoaktiivseid aineid/narkootikume ? Kui tihti? Mille jaoks?

.....
.....
Kust Sa said teavet kursusest? Kui läbi kundalini jooga õpetaja, siis, kes ta on?

.....
Disclaimer: Minu parimate teadmiste kohaselt ei ole ei vaimseid ega tervislikke põhjuseid, miks ma ei saa sellel kursusel osaleda. Ma
saan aru, et Yogi Bhajani õpetused ei sätesta meditsiinilist nõu.

ALLKIRI(originaal või digiallkirjastatud) Kuupäev

Palun saada originaal või digiallkirjastatud dokument korraldajale
Sukhdev Kaur Khalsa +372 53731839 sukhdevkaur@khalsa.com