

# ANS Kundalini Awakening Teacher Training

**Jahresausbildung  
2023/2024  
Level 1  
200 h**

**Beginn: 03.11.2023  
Köln/Bonn**

## Kundalini Awakening

Diese Kundalini Awakening Ausbildung ist eine praxisorientierte und lebensnahe Ausbildung, die über die direkte Erfahrung die Lehre zu Dir bringt und Dich an das Wissen, was bereits in Dir liegt, erinnert... Darüber kommst Du in Kontakt mit Deinen Qualitäten und Deiner Einzigartigkeit, was Dich als Mensch ~ Yogalehrer\*in bewegt & ausmacht. Denn wir können nur das weiter geben, was wir in uns erkannt und integriert haben.

Eine tiefe Transformationsreise, wo alles da sein darf. Ich freue mich Dich auf dieser Reise begleiten zu dürfen und auf die Entdeckung und Begegnung mit wer in der Tiefe in Dir steckt ~ auf Dein

~ **SAT NAM** (wahre Identität)

### Anmeldung und Infos:

**Anmeldung unter:** [info@satyam.eu](mailto:info@satyam.eu)

### Weitere Fragen und Infos:

Infoabend Online über ZOOM: 05.10.2023 20.00 h

**Lieber vorab sprechen?** Schicke mir eine Whatsapp/ Signal: + 49 1578 5564645 oder Email: [info@satyam.eu](mailto:info@satyam.eu)

Gerne beantworte ich Deine Fragen.

**weitere Infos** findest Du wieder ab Anfang Oktober (Website gerade im Update) unter:

[www.satyam.eu](http://www.satyam.eu)



Ausbilderin: **Guru Ratan Kaur**

*Kundalini Yoga Lehrerin ~ Beraterin ~ Reiki  
Sozialarbeiterin ~ Traumapädagogin*

Seit über 20 Jahren beschreite ich den Weg des (spirituellen, ganzheitlichen) Lernens und des Lehrens in Europa und auf dem afrikanischen Kontinent.

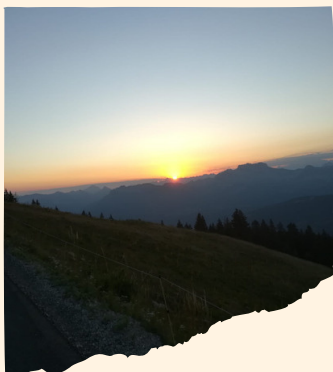
Im Mittelpunkt meiner Arbeit steht immer der Mensch in seiner Einzigartigkeit und das Thema von Authentizität, Heilung und Empowerment.

Für mich hat die Technologie des Kundalini Yoga das Potential für tiefe (Trauma)Heilung, (spirituellen) Wachstum, für wahrhaftige und nachhaltige Selbstentwicklung und – entfaltung. Über dies Praxis können wir mit unserer Seelenessenz in Kontakt kommen, so dass wir unsere Wahrheit und unser volles Potential leben. Meine Lehre und Methodik ist praxis- und lebensnah und involviert viele kreative, praktische und partizipative Methoden.

Aus tiefer Dankbarkeit und Ehrfurcht vor der Weisheit und Praktikabilität der Kundalini Yogalehre, möchte ich diese im Leben praktizieren und an andere Menschen weitergeben. Voller Freude, Freiheit und Kreativität

## Journey into awakening

### Eine Reise mit – und zu Deiner Seelenessenz.



Die wohl wichtigste Reise, die Du in Deinem Leben antreten kannst, führt nicht zu einem Ort außerhalb von Dir, sondern hinein in Dein tiefstes und reinstes (Bewusst-)SEIN. Neben theoretischen Grundlagen ist diese Kundalini Awakening Ausbildung stark auf Selbsterfahrung ausgerichtet, da wir über diesen Ansatz am meisten über uns selbst lernen, reflektieren und transformieren. Somit richtet sich dieses Teacher Training Level 1 nicht nur an Dich, wenn Du Kundalini Yoga unterrichten möchtest, sondern auch an Menschen, die diese Reise für sich und ihre eigene Entwicklung antreten.

Die Ausbildungsgruppe und gemeinsame Praxis ist ein weiterer wichtiger Bestandteil, der Dich halten wird und Dir Raum und Sicherheit für Deinen Wachstums- und Erwachensprozess bietet.

Bist Du bereit für den Ruf Deiner Seele?  
Bereit für das freie Fließen und kreieren aus dem Raum von und in Verbindung mit Deiner Lebenskraft?  
Möchtest Du Dich für Deine wahre Essenz öffnen und die Weisheit und Technologie des Kundalini Yogas als Lehrer\*in weiter geben bzw. für Dich intensivieren und in Dein Leben integrieren?

## Ausbildungsinhalte

- Standortbestimmung - Wo stehe ich?
- Intention- Vision - Mission
- Einführung in die Dynamik und Technologie des Kundalini Yogas inkl. Sadhana
- Epochen und Zyklen
- Philosophie des Yoga
- Meditation und Mantras
- Kriyas, Asanas, Pranayama
- Chakren und Energiesysteme
- Nummerologie und heilige Geometrie
- Universelle Gesetze// Samsara, Karma ~ Dharma
- Gesundheit und Heilung
- Unterrichtspraxis
- Karma Yoga - Seva

## Kursstruktur

### Ausbildungswochenenden

Insgesamt 5 Wochenendmodule bzw. in 2024 im Januar 5 & im Oktober 4 Intensivtage vermitteln die zu Grunde liegende Theorie des Kundalini Yogas und die praktische Anwendung.

### Mentingsessions

Zwischen den Ausbildungswochenenden vertiefen wir die Yoga Praxis, das erworbene Wissen und die Selbstreflexion in festgelegten und regelmäßigen Online Ausbildungs- Mentingsessions.

### Intensivwoche in Frankreich

Ein wesentlicher Bestandteil der Ausbildung ist die Immersionweek (Intensivwoche) im Ashram von Amrit Nam Sarovar (ANS) in den französischen Alpen. Dort kommen im Juli 2024 alle Kundalini Awakening Ausbildungsgruppen aus ganz Europa zusammen. In Mitten des übergreifenden Gruppenbewusstseins, der Natur und in Verbindung mit den 5 Elementen, erhältst Du den geeigneten Rahmen für tiefe Transformation und einen besonderen Ausbildungsabschluss.

### Zertifizierungsprozess Yogalehrer\*in 200h

- Motivationsschreiben vor Ausbildungsbeginn
- Teilnahme an allen Modulen und Mentingsession inkl. der Intensivwoche in Frankreich
- Teilnahme an mindestens 16 Kundalini Yoga sessions
- Schriftliche Prüfung
- Vollständige Bezahlung der Ausbildungskosten

## Modul Termine

**Modul 1:** Orientierung und Initiation:  
Wo du stehst? - Intention, Vision, Mission  
Einführung in das Kundalini Yoga und die eigene Praxis  
Epochen und Zyklen  
03.11. - 05.11.2023

**Modul 2:** Einführung in die Nummerologie und heilige Geometrie,  
Lehre der Chakren, Energiekörper und Leiter der Subtilität  
02.01.- 06.01.2024

**Modul 3:** Verstand und Meditation  
Meditation und Pranyama// Mantras und Klang  
Universellen Gesetze// Karma und Dharma  
23.02.- 25.02.2024

**Modul 4:** Gesundheit und Heilung  
Wirkweise und Therapie, Anatomie & Physiologie,  
Körper- und Energiesysteme  
ONLINE: 10.05. - 12.05.2024

**Modul 5:** Immersion week (Intensivwoche): Natur als dein Lehrer und Kraftort- die 5 Elemente  
Zusammenkunft aller europäischer ANS Awakening Trainings Stufe 1 in Le Martinet (Frankreich).  
13.07-21.07.2024

**Modul 6:** Transformation und Lehre -  
Kundalini Yogapraxis: Kriya und Asanas, Lehrer\*in Sein  
Abschlusswochenende  
24.10.-27.10.2024

## Rahmenbedingungen & Kosten

- Alle Präsenzmodule finden in Köln bzw. ggf. in Andernach in einem gemütlichen Yogaraum statt
- Ein Modul im Mai wird Online sein
- Alle Ausbildungs-Mentingsession finden Online zwischen den Modulen statt
- Ausbildungskosten: 1950 Euro (Zahlungsmodalitäten: Anzahlung von 750 € bei Anmeldung, Restzahlung von Raten zu je 240 € vor jedem Modul in Deutschland bzw. Online im Mai. - oder Gesamtzahlung für einmalig 1900 €)
- ca. 80 € - 100 € pro Ausbildungswochenende enthält Kosten für Kursraum, Materialien und Verpflegung. Diese Gebühren richten sich nach der Gruppengröße sowie nach den Ausbildungstagen pro Modul
- Intensivwoche in Frankreich ist nicht in den Gebühren enthalten. Diese werden direkt an die ANS Schule überwiesen. Kosten: 950 Euro (inkl. Unterkunft & Verpflegung)
- Keine Vorkenntnisse im Kundalini Yoga oder anderen Yogastils erforderlich