INSTRUCTORADO KUNDALINI YOGA 2018-2019 Punta Arenas







Los acelerados cambios y nuevas necesidades que estamos experimentando como humanidad, hacen muy necesario el aporte de Instructores de Yoga preparados profesionalmente para acompañar a las personas a poder vivir de manera consciente, saludable y en plenitud, en sus diferentes etapas de desarrollo. Es por ello que nuestra Escuela toma esta responsabilidad y quiere prepararte para que seas un Instructor de yoga para adultos, para niños y para adolescentes, y puedas así trabajar comprometidamente para mejorar la calidad de vida de las personas en diferentes ámbitos y realidades.

¡Bienvenidos a la Escuela Internacional de Kundalini yoga YOGACRECER, especializada en yoga para niños y jóvenes!

Prabhunam Kaur Khalsa, Directora formación

Nuestra misión

Formar Instructores de Kundalini Yoga que sean íntegros agentes impulsores de transformación y crecimiento hacia una vida más sana, plena y consciente para adultos, jóvenes y niños.

Nuestro primer foco como Escuela es inspirar a los futuros Instructores de Kundalini Yoga a emprender un proceso de crecimiento y transformación personal que les permita incorporar de forma práctica y permanente las enseñanzas del maestro Yogui Bhajan en sus vidas y compartirlas con otros(as).

Nuestro segundo foco es potenciar y perfeccionar el desempeño profesional de nuestros Instructores en diversos ámbitos institucionales con herramientas concretas para aportar a las personas hacia un mejoramiento de su calidad de vida en las diferentes etapas de su desarrollo humano.

Nuestra visión

Ser una Escuela formadora de Instructores líder en intervención de la realidad educativa y social de nuestro país.

Una de las bases de nuestra filosofía, a la luz de la enseñanzas del Maestro Yogui Bhajan, que cada ser humano representa un potencial ilimitado de desarrollo y que, teniendo las herramientas correctas y un ambiente propicio, puede encaminarse a alcanzar su máxima expresión, logrando así desplegar una amplia gama de competencias para llevar una vida en elevación y plenitud. Dicho potencial comienza su expresión desde la edad más temprana, es por ello que es fundamental acompañar a las nuevas generaciones, entregándoles una disciplina y herramientas como el Kundalini Yoga desde la edad infantil.

Estamos enfocados hacia la intervención de diversas realidades de nuestra sociedad, especialmente a las realidades infantiles y juveniles. Es una responsabilidad para nosotros llevar estas técnicas a ámbitos tan delicados y fundamentales, y ser un aporte concreto para la construcción de una vida más armoniosa, en la base del reconocimiento de cada persona como seres humanos conscientes.





¿Qué es kundalini yoga según lo enseñó Yogui Bhajan?



Es una milenaria técnica de trabajo corporal, en la que, a través de "Pranayamas" (ejercicios respiratorios), "Asanas" (ejercicios y posturas físicas), "Relajación" y "Meditación" (ejercicios de atención y concentración), se trabaja sobre todas las dimensiones del ser humano, integrando cuerpo, mente y espíritu. La palabra Kundalini viene del sánscrito "kundal", que significa "rizo de cabello del Ser Amado". La energía Kundalini es la energía de la consciencia que descansa a la altura de la cuarta vértebra lumbar. Desenrollar este "rizo" trae el despertar de todo el potencial que existe en todo ser humano, permitiéndote acceder a una vivencia más consciente, plena y saludable.

¿Quién fue Yogui Bhajan?

El Maestro Yogui Bhajan nace en el norte de India en 1929. Se convierte en maestro de kundalini yoga llegando a los 16 años y medio, tras ser entrenado por el Maestro Sant Hazara Singh. Estudió Economía en India, y se doctoró en Psicología en USA. Viaja a occidente en 1968, en donde despliega toda la sabiduría de las enseñanzas, trayendo alivio, sanación y transformación a miles y miles de personas a lo largo y ancho de todo el planeta, elevando su calidad de vida. Compartió abierta e incansablemente toda la riqueza de sus conocimientos, experiencia e iluminación de Kundalini Yoga, Tantra Yoga Blanco, Sikh Dharma, Numerología Tántrica, Sanación Sat Nam Rasayan y Humanología. Dejó su cuerpo físico el año 2004, en la ciudad de Española – USA.



Fotografía del Maestro Yogui Bhajan que trajo al Kundalini Yoga a occdidente desde la India

3

Descripción Instructorado

El Curso de Instructores de Kundalini Yoga – Nivel I, es un curso teóricopráctico en el que los estudiantes tendrán la posibilidad de adquirir dominio sobre las prácticas y técnicas de Kundalini Yoga respaldada por todo el fundamento teórico, siguiendo los lineamientos de KRI (Kundalini Research Institute, con sede en USA) según las enseñanzas del Maestro Yogui Bhajan.

¿A quién está dirigido?

Está dirigida a practicantes nuevos de yoga, practicantes experimentados y todos aquéllos que quieran certificarse como Instructores de Kundalini Yoga de adultos.

Objetivos de la doble certificación

- 1. Propiciar un proceso de crecimiento y transformación personal a través de las prácticas y los conocimientos aprendidos en el curso, por medio de la exploración y experimentación de ellos y así elevar su experiencia humana y despertar todo su potencial.
- 2. Entrenar profesionalmente según el Programa de Nivel 1 de Instructores de Kundalini Yoga "Maestro Acuariano", donde los estudiantes adquieran las bases prácticas y teóricas, según las enseñanzas del Maestro Yogui Bhajan, para desempeñarse como Instructores de Kundalini Yoga de adultos.







Malla de estudio 2018-2019

INSTRUCTORADO Certificación kri – ee.uu)

| Módulo I | "Contextualización histórica y actual del Yoga" | 20, 21 y 22 julio 2018 |
|-------------|--|-------------------------------------|
| Módulo II | Anatomía Yóguica | 17, 18, 19 y 20 agosto 2018 |
| Módulo III | Anatomía Occidental | 31agosto - 1 y 2 septiembre 2018 |
| Módulo IV | La Ciencia del Pranayama | 19, 20 y 21 octubre 2018 |
| Módulo V | Sonido y Mantra Metodología y didáctica de la Enseñanza | 1, 2, 3 y 4 noviembre 2018 |
| Módulo VI | • Asanas • Mente y Meditación | 14, 15 y 16 diciembre 2018 |
| Módulo VII | Filosofía y Ética de la Enseñanza | 4, 5 y 6 enero 2019 |
| Módulo VIII | Humanología y Estilo de Vida Yóguico | 9 y 10 marzo 2019 |

5

Certificación

Certificación:

- EE.UU.



Requisitos para certificación:

Sello del Nivel I de KRI

- Asistir al 100% de las clases y prácticas del Curso
- Realizar práctica profesional de Servicio a la Comunidad con un grupo de adultos y confeccionar un informe escrito.

- "Instructor de Kundalini Yoga – Nivel I", por **Kundalini Research Institute**

- Asistir semanalmente a clases de Kundalini Yoga, durante el período de realización del Curso.
- · Aprobar el examen final.

Características del programa

Modalidad: Módulos mensuales.

Horario: A definir

Asistencia: Se exige un 100% de asistencia para rendir el examen final del curso.

Duración: de julio 2018 a marzo 2019.

Costos del Programa:

Postulación: sin costo.

Arancel total:

| Valor propago (hasta 20/06/2010) | \$1.645.000 al contado | |
|----------------------------------|-------------------------------|--|
| Valor prepago (hasta 30/06/2018) | \$1.845.000 máximo 13 cheques | |
| Valor (desde 01/07/2018) | \$1.745.000 al contado | |
| valui (desde 01/0//2016) | \$1.945.000 máximo 13 cheques | |

Formas de pago

- Efectivo
- Cheque(s)
- Transbank (Tarjetas de débito y/o crédito)
- · Depósito o transferencia bancaria

Postulación:

- Entrevista personal
- Completar ficha de postulación

Ubicación

Lugar: A difinir

Inscripción

kamalpalkaur.pa@gmail.com +56 9 5409 1729

6



Equipo Académico



Prabhunam Kaur Khalsa Lead trainer

Educadora titulada de la Pontificia Universidad Católica de Chile, con más de 20 años de experiencia en el trabajo con niños. Autora del Libro "Yoga con niños". Egresada del Magíster "Neurociencias aplicadas a la Educación" de la Universidad Finis Terrae de Chile. Instructora internacional de Kundalini yoga, pionera en Chile y Sudamérica de Kundalini yoga infantil y en Educación. Formadora de Instructores asociada a K.R.I. (Kundalini Research Institute). Fundadora y Presidenta de la Fundación CRECERCONCIENTE, cuya misión es apoyar el crecimiento humano de niños y jóvenes en riesgo social, a través del kundalini yoga. Incansable en la labor de proteger y elevar la realidad infantil y juvenil por todas partes.

Viaja permanentemente por Chile y Latinoamérica dictando cursos de Especialización en Kundalini yoga infantil, cursos para Educadores, Talleres para padres y docentes. Ha dado cursos también en España y en China. Prabhunam Kaur ha enseñado a un sin número de maestros de yoga y profesionales vinculados al área de educación, que hoy día en Chile y en muchos países están realizando programas de Yoga Infantil, Yoga y Educación en diversos ámbitos, centros e Instituciones, teniendo un impacto muy importante en los cambios positivos de los niños y jóvenes, en lo Escolar y personal, siguiendo sus enseñanzas.





Sat Jiwan Singh Formador

Kinesiólogo U. de La Frontera, actualmente trabaja como docente en la Universidad de Chile, enseñado la asignatura de Anatomía. Desde el año 2007 es parte del equipo de Formación de Instructores de la Escuela Narayan, interviniendo en varios temas, enseñando el módulo de Anatomía y Fisiología aplicado al Kundalini Yoga, Fisiología de la Respiración y las posturas, conceptos básicos entre otros. Sat Jiwan Singh es parte del equipo internacional de Narayan y enseña también en las formaciones de Perú, Bolivia, Colombia, Argentina, Paraguay y Ecuador. Así también en las formaciones de Instructores y yogaterapeutas con el Yogacharya Tonmoy Shome. Sat Jiwan Singh destaca por su excelencia científica y su innata capacidad docente.