

### **3. DEUTSCHE JIVAMUKTI YOGA ® LEHRERAUSBILDUNG**

300 Stunden / 4-Wochen-Intensiv-Training  
20.November – 16.Dezember 2011

Kloster Frauenwörth, Fraueninsel im Chiemsee  
Anmeldung unter: [ausbildung@jivamuktiyoga.de](mailto:ausbildung@jivamuktiyoga.de)

- \* Werde ein zertifizierter Jivamukti Yoga Lehrer
- \* Verändere dein Leben!
- \* Jivamukti ist eine der effektivsten und populärsten Formen des zeitgenössischen Yoga
- \* Lebe und studiere Yoga einen Monat lang mit Dr. Patrick Broome und Yogeswari Eichenberger

Jivamukti Yoga: "The Gold Standard", "hoch angesehen" - Time Out Magazine, NY

#### **Über Jivamukti Yoga**

Die Jivamukti Yoga Methode wurde 1986 von Sharon Gannon und David Life entwickelt und bietet dem zeitgenössischen Yogi eine kreative Lebensphilosophie für ein Leben in der heutigen Welt. Begründet in den alten Schriften und ethischen Praktiken des Yoga bedeutet das Sanskrit Wort „Jivamukti“ „lebendig befreit“.

"Wir haben den Namen Jivamukti (gesprochen Dschi-wa-muck-ti) für unsere Yogamethode gewählt, um das wahre Ziel von Yoga zu verdeutlichen, welches die Befreiung des Individuums ist. Im Sanskrit heißt "Jiva" die Seele des Einzelnen und "Mukti" bedeutet Befreiung. Die exakte Umschreibung des Sanskrit Wortes, aus welchem wir "Jivamukti" abgeleitet haben, ist "jivanmuktih", was soviel bedeutet wie "lebendig befreit". Der Name Jivamukti Yoga verdeutlicht also den Umstand, dass es möglich ist, ein nutzbringendes und erfüllendes Leben auf dieser Welt zu führen und sich gleichzeitig spirituell weiterzuentwickeln, vielleicht sogar irgendwann Befreiung (Samadhi) in diesem Leben zu erreichen."

-- **Sharon Gannon und David Life**

Es ist eine praktische Philosophie, die uns zeigt, wie spirituelle Werte uns dabei helfen können, die Herausforderungen des Alltags effektiver, mit mehr Freude und Mitgefühl zu meistern.

Durch Asanas sowie weitere yogische Praktiken bietet Jivamukti Yoga einen Weg zur Erleuchtung für den spirituell Suchenden.

## **Jivamukti Yoga baut maßgeblich auf 5 Pfeilern auf:**

### **1. Ahimsa**

Gewaltlosigkeit und Mitgefühl gegenüber allen Lebewesen und unserer Umwelt. Mitgefühl erzeugt eine Atmosphäre inneren Friedens, der in unsere direkte Umwelt ausstrahlt.

### **2. Bhakti**

Hingabe - das Opfern der Früchte allen Strebens an das, was größer ist als man selbst sowie die Erkenntnis des Göttlichen in allen Lebewesen ist das Ziel aller yogischen Praktiken.

### **3. Dhyana**

Meditation - Anbindung an die unveränderliche Realität, eine immerwährende innere Glückseligkeit.

### **4. Nada**

Anregende und die Yogapraxis fördernde Musik sowie spezielle Klangtechniken fördern die Entwicklung eines gesunden Körpers und Verstandes sowie die Kunst des echten Zuhörens

### **5. Shastra**

Studium heiliger Sankritschriften und deren praktische Anwendung im Hier und Jetzt

Die Jivamukti Yoga Methode wird weltweit in Jivamukti Yoga Schulen und angegliederten Centern unterrichtet. Derzeit gibt es Schulen in New York City-US, Charleston SC-US, Washington DC-US, Toronto-Canada, London-UK, München-Deutschland, Berlin-Deutschland, Moskau-Russland, Stavanger-Norwegen und Sydney-Australien.

## **Über das Ausbildungs-Programm**

Die einmonatige, 300-Stunden umfassende Ausbildung richtet sich an fortgeschrittene Yoga-Schüler und gilt als eine der intensivsten Yoga-Ausbildungen weltweit.

Jivamukti Yoga® ist eine der neun weltweit anerkannten Unterrichtsmethoden des Hatha Yoga. Dieser Kurs bietet Teilnehmern die Möglichkeit, die Fertigkeiten und das Vertrauen zum Unterrichten dieser Methode zu erlangen. Jivamukti Yoga zeichnet sich durch die Kombination von Asanas, Musik, Meditation, Engagement aus und integriert das Studium der Schriften in eine herausfordernde Hatha Vinyasa Yogapraxis die zur Erleuchtung führt.

Das Jivamukti Yoga Teacher Training befähigt die Teilnehmer die physischen, psychologischen, spirituellen und mystischen Aspekte des Yoga in das moderne Leben zu integrieren, ohne dabei das universelle Ziel der Praxis zu verlieren: die Befreiung.

Die Sichtweise des Jivamukti Yoga ist non-dualistisch (die Verbundenheit allen Seins) und die kontinuierliche Praxis weckt im Yoga-Übenden nicht nur das Bedürfnis unsere Umwelt, alle Tiere und Pflanzen auf diesem Planeten zu schützen, sie unterstützt auch die Fähigkeiten diese Ziele für sich selbst zu entwickeln und andere darin zu unterrichten.

## **Die Inhalte der Ausbildung:**

- *Asana:*  
Der Kurs umfasst tägliche Praxis der Asanas und praktische Unterweisung in Stehenden Haltung, Vorbeugen, Drehungen, Rückbeugen, Umkehrhaltungen und Balancehaltungen, ebenso wie das tiefere Verständnis von Vinyasa, Sequenzierung und die korrekte Ausrichtung der Haltungen.
- *Assistieren*  
Erlernen von Hilfestellungen und Einsatz von Hilfsmitteln.
- *Sanskrit*  
Dazu gehört das Rezitieren, Lesen und Schreiben des Sanskrit Alphabets, ebenso wie eine Einführung in die wichtigsten Schriften des Yoga: *Das Yoga Sutra von Patanjali, Bhagavad Gita* und *Hatha Yoga Pradipika*.
- *Meditation*  
Wir meditieren 2x täglich und wir lernen andere in Meditation zu unterrichten.
- *Kriyas*  
Praktizieren und Unterrichten von heilenden, reinigenden und entgiftenden Hatha Yoga Kriyas.
- *Veganismus*  
Auseinandersetzen mit ethischem Veganismus. Die Bedeutung einer veganen Ernährung in Verbindung mit Gesundheit, Nachhaltigkeit unseres Ökosystems, Reduzierung von Gewalt in unserer Welt und als ein Mittel zur Erleuchtung.
- *Anatomie*  
Physische und energetische Anatomie.
- *Philosophie,*  
Philosophie, Ethik und Aktivismus: der Weg ein effektiveres und positiveres Leben zu führen.
- *Praktisches Unterrichten*  
Das Training befähigt die Teilnehmer zur Anleitung von Yogastunden in der Jivamukti Yogamethode.

## Die Ausbilder

Geleitet wird das Training von zwei der weltweit erfahrensten Jivamukti Yogalehrern:

**Yogeswari Eichenberger** und **Dr. Patrick Broome**, sowie während der letzten Tage der Ausbildung von den Gründern der Jivamukti Yoga Methode: **Sharon Gannon** und **David Life**.

Unterstützt werden sie dabei von einem Team erfahrener Mentoren sowie von Spezialisten in Sanskrit (Gabriela Bozic), Anatomie (Timo Wahl) und diversen Überraschungsgästen.

## Biografie der Lehrer

### Die Leitung

#### **Patrick Broome (Dr. phil.)**

Geboren in Deutschland, aufgewachsen in Kalifornien fand Patrick 1996 seine spirituelle Heimat im New Yorker East Village im Jivamukti Yoga Center auf der Second Avenue. Nahezu jedes nennenswerte Magazin hat in den letzten zwei Jahren über Patrick, sein Jivamukti Yoga Studio in München und seine Gurus und engen Freunde Sharon Gannon und David Life berichtet. In München hat er es mit Partnern geschafft Jivamukti Yoga zu einem ganz großen Trend zu machen. Jetzt versuchen sie dieses überwältigende öffentliche Interesse dafür zu nützen, dass zu vermitteln, was ihnen wirklich wichtig ist:

Die Hingabe an Gott und damit verbunden ethischer Vegetarismus, Umweltbewusstsein und soziale Verantwortung.

#### **Yogeswari Eichenberger**

Yogeswari unterrichtet seit zehn Jahren Jivamukti Yoga in New York und um die Welt. Sie ist bekannt für ihre intensiven und kreativen Vinyasa Abfolgen und ihre gedankenanstrengenden Themen. Yogeswari ist Mentorin für mehrere Jivamukti LehrerInnen gewesen und hat die Lehrerausbildung mit Sharon und David in den USA und in Deutschland unterrichtet. Yogeswari ist Direktorin von AZAHAR Foundation, einer internationalen Wohltätigkeitsorganisation, die durch Yoga, Tanz und Musik, kulturelle Vorurteile und Zyklen der Gewalt, vor allem in Konfliktzonen und Entwicklungsländern aufzulösen sucht. Yogeswari hat einen Masters of Arts in Tanz und Choreographie von der New York University und einen Bachelor of Fine Arts in Tanz von der Temple University, Philadelphia, erworben. Sie stammt ursprünglich aus der Schweiz und unterrichtet auch auf Deutsch.

**Sharon Gannon and David Life** have been blessed by their teachers: Shri Brahmananda Sarasvati, Swami Nirmalananda, and Sri K. Pattabhi Jois, to create the internationally influential Jivamukti Yoga Method, which is a path to enlightenment through compassion for all beings. They are pioneers in teaching yoga as spiritual activism/activation. *Yoga Journal* magazine has recognized them as yoga innovators and *Vanity Fair* magazine credits them with making Yoga cool and hip. TIME magazine recognizes Jivamukti Yoga as one of the nine accredited forms of Hatha Yoga taught in the world today. They travel extensively teaching and presenting at American, European, Canadian, Asian, South and Central American and Conferences. They have produced numerous yoga-related DVDs and music CDs, including the 2010 release of *Sharanam*, Sharon's solo debut

album of Sanskrit mantras on the White Swan Label which has topped the Amazon and Billboard Music charts.

They are prolific writers and have authored several books: *Jivamukti Yoga* (also translated into German, Russian & Italian), *The Art of Yoga*, *The Jivamukti Chant Book*, *Yoga and Vegetarianism* (also translated into German and Japanese) and *Cats and Dogs are People, Too!* Their essays and poetry have appeared in numerous publications, including *SEMIOTEXT(E)* and *YOGA JOURNAL* and the books: *Toward 2012*, edited by Daniel Pinchbeck, and *Music, Magic and Mysticism*, edited by John Zorn. Sharon writes a monthly essay called the *Focus of the Month*, which can be read at [www.jivamuktyoga.com](http://www.jivamuktyoga.com). Sharon & David are changing the way that people view spirituality, life, themselves, each other, animals and the environment. They reside in a wild forest sanctuary in upstate New York near the Omega Institute.

### **Timo Wahl**

Anatomie Experte

### **Gabriela Bozic**

Sanskrit Expertin

### **NN**

Lead Mentor

### **Tagesablauf (*exemplarisch*)**

Der Kurs umfasst insgesamt fast 4 Wochen mit exakt 21 Ausbildungstagen. Etwa jeder 6. Tag ist unterrichtsfrei und dient dem Aufarbeiten der gelernten Unterrichtsinhalte.

07.00-08.00 Uhr Frühstück

08.00-08.30 Uhr Rezitation und Schriftenstudium

09.00-10.30 Uhr Jivamukti Yogaübungspraxis (z.B. Klasse Vol. 6)

10.30-12.00 Uhr Vortrag/Präsentation

12.30-13:30 Uhr Mittagessen

13:45-15:45 Uhr Vortrag/Präsentation

16:00-18:00 Uhr Unterrichtspraxis

18:00-19:15 Uhr Abendessen

20:00-21:45 Uhr Unterricht/Satsang/Meditation

[Ab 22:00 im Kloster absolute Bettruhe!]

## **Curriculum**

### **A. Techniken und Praxis des Jivamukti Yoga (ca. 52,5 Stunden)**

Praxis und Aufbau von 2 kompletten Jivamukti Yoga® Klassen, Didaktik und Praxis der Shat Karma Kriyas, Pranayama, Meditation, Vinyasa Krama, Restoratives und Hilfsmittel, Einsteigerunterricht, Stehende Haltungen, Vorwärtsbeugen, Dreh-übungen, Rückbeugen, Umkehrhaltungen und Balance-Übungen, Satsang, Mantren Rezitation, Einzel- Privatunterricht, Kinderyoga, Yoga für Schwangere und Unterricht bei Einschränkungen.

### **B. Basis Sanskrit Alphabet (ca. 14 Stunden)**

Sanskrit Alphabet in Devanagri, Grundlagen der Grammatik, Mantren Rezitation, Chants und Bajans, Rolle des Sanskrit in der Yogapraxis.

### **C. Unterrichtsmethodik (ca 38,5 Stunden)**

Die Jivamukti Yoga® Unterrichtsmethode, die 5 Grundsätze und 14 Vorgaben der Jivamukti Yoga® Methode, Hilfestellungen und Assistieren von stehenden Haltungen, Vorwärtsbeugen, Drehübungen, Rückbeugen, Umkehrhaltungen und Balanceübungen, die Technik der Sequenzierung, die Energetik des Asisstierens und Vinyasa Krama, Ethik des Unterrichtens, Typisierung von Lehrern und Schülern, Jivamukti Yoga® Sequenzen unterrichten.

### **D. Anatomie and Physiologie (ca. 12 Stunden)**

Skelett und Muskeln, Atmung und Kreislauf, Training und Kompensation, Verletzung und Erholung, "esoterische Anatomie" mit Chakren, Nadis, Prana, Granthi, Bandhas, Anatomie für Hilfsstellungen und bei körperlichen Einschränkungen.

### **E. Schriften, Philosophie, Ethik, & Lebensführung (ca. 24 Stunden)**

Grundlagen der Yogaphilosophie, Yoga Sutras des Patanjali, Bhagavad Gita, Hathayogapradipika, Karma, 7 Bhoomikas.

### **F. Unterrichten (ca. 12 Stunden)**

Unterrichten, Beobachten und Assistieren von Yogastunden, Transkription von Klassen, Vortragstechniken, Einsatz von Sequenzierung, Musik und Aufbau thematischen Unterrichts.

### **G. Kleingruppenarbeit und Unterrichtspraktikum (ca. 14 Stunden)**

Im Rahmen von Kleingruppen werden die Unterrichtsfähigkeiten durch Beobachten und Assistieren vertieft. Die Ausdrucksfähigkeit wird verbessert.

### **H. Satsang (83.5 Stunden)**

Satsang verbindet viele Inhalte des Kurses, wie Chanting, Meditation, Japa und Mantra, Nada Yoga und Musik, Verantwortung für die Gemeinschaft, Ahimsa, Vegetarismus, Philosophie und grundlegende praktische Fähigkeiten einen Satsang selbst zu leiten. Mündliche und schriftliche Tests, eine Zwischen- und eine Abschlussprüfung finden im Rahmen des Satsang statt.

### **I. Grundlagen und Praxis des Pranayama (ca. 5.5 Stunden)**

Beinhaltet die Grundlagen und die Theorie von Pranayama, praktische Übungen in Samavritti und Visamavritti Pranayama, sowie ihre Unterrichtsmethodik.

### **Tägliche Hausaufgaben.( ca. 20 Stunden)**

An jedem Tag gibt es Hausaufgaben und Tests, die von den Mentoren überprüft werden.

## Voraussetzungen

Erwartet wird von jedem Teilnehmer vor dem Kursbeginns der Jivamukti Yoga Lehrerausbildung:

- Eine bereits seit längerem bestehende eigenständige tägliche Yogapraxis (ca. 2 Jahre)
- Komplette Zahlung der Kursgebühr und der Kosten für Unterkunft und Verpflegung vor Beginn der Ausbildung
- Buchberichte zu 5 Büchern verfassen und vor der Ausbildung einzureichen (Details weiter unten)
- Unterschreiben folgender Verträge „*Ethical Guidelines Form*“, „*Teacher Certification Agreement*“ und „*Medical Information Form*“ (werden nach der verbindlichen Anmeldung und vor Beginn der Ausbildung zugeschickt)
- Auswendig lernen von Jivamukti Balancing Class (Volume 6) und Jivamukti Back Bending Class (Volume 7) zu bestellen bei [www.jivamuktiyoga.de](http://www.jivamuktiyoga.de) oder [www.jivamukti-schwabing.de](http://www.jivamukti-schwabing.de). Es wird empfohlen diese beiden CDs zu transkribieren und die Texte zur Ausbildung mitzubringen
- Die Chakra Balancing Yoga DVD von Sharon Gannon zu üben, ebenso erhältlich bei [www.jivamuktiyoga.de](http://www.jivamuktiyoga.de) oder [www.jivamukti-schwabing.de](http://www.jivamukti-schwabing.de).
- Erfahrung im Unterrichten von Yoga und/oder Erfahrung mit der Jivamukti Yoga® Methode sind von Vorteil

**Ziel der Ausbildung ist es die Teilnehmer auf das Unterrichten vorzubereiten, es handelt sich somit nicht um „Yoga-Ferien“.**

Die Ausbildung ist sehr intensiv, herausfordernd und verlangt Disziplin. Vollständige Teilnahme an allen Lehrveranstaltungen ist Pflicht.

## Buchberichte

Bitte **5** Buchberichte schreiben und **bis spätestens 20.Oktober 2011** per Post an:

Jivamukti Ausbildungs GbR  
- Jutta Däschlein -  
Schellingstr. 63  
80799 München  
senden.

Die unter 1-3 der unten aufgelisteten Bücher sind vollständig zu lesen und für diese Buchberichte jeweils einer der folgenden Berichte zu verfassen:

- \* Überblick über das komplette Buch (oder)
- \* Zusammenfassung eines Kapitels (oder)
- \* Ausführliche Darstellung eines Themas.

Für die unter 4-5 aufgelisteten Bücher gilt:

- \* jeweils nur 1 Sutra auswählen und als Buchbericht ausführlich besprechen.

Format für **alle** Buchberichte:

Ca. 800-1000 getippte Wörter, **Name, Vorname und Thema des Buchberichtes auf jeder Seite** (Als Kopf- oder Fußzeile) Schriftart: Arial oder Times New Roman, Größe: 12, Zeilenabstand: Doppelt, Schriftschnitt: Normal, DIN A4, jeweils geheftet (bitte nicht gebunden, in Ordnern,....)

### **Bücherliste für das Verfassen der Buchberichte:**

- 1) „**Jivamukti Yoga**“ von Sharon Gannon und David Life
- 2) „**Yoga & Vegetarismus**“ von Sharon Gannon (Die deutsche Übersetzung wird für die Teilnehmer in einer Sonderedition in Kürze zu erwerben sein)
- 3) „**Autobiographie eines Yogi**“ von Paramahansa Yogananda
- 4) **Hathayogapradipika**
- 5) „**Patanjali das Yogasutra**“ von R. Sriram.

4 und 5 sind Referenzbücher für das Training und werden im Kurs behandelt und sollten zum Kurs mitgebracht werden.

**Für diese Hausarbeit werden 80 Std Ausbildungszeit anerkannt!**

## Weiterführende Literatur auf Englisch

Für alle die gerne tiefer einsteigen möchten und Spaß am lesen haben.

- A Garland of Forest Flowers*** by Swami Nirmalananda  
***Anatomy of Hatha Yoga*** by H. David Coulter  
***An Unnatural Order*** by Jim Mason  
***Animal Liberation*** by Peter Singer  
***Arcana V: Music, Magic and Mysticism*** edited by John Zorn  
***Asana Pranayama Mudra Bandha*** by Swami Satyananda Saraswati  
***Becoming Vegan*** by Brenda Davis R.D. & Vesanto Melina R.D.  
***Be Here Now*** by Ram Dass  
***Breaking the Food Seduction*** by Neal Barnard M.D.  
***Cats & Dogs are People, Too!*** by Sharon Gannon  
***Crazy Sexy Diet*** by Kris Carr  
***Diet for a New America*** by John Robbins  
***Dominion*** by Matthew Scully  
***Eternal Treblinka*** by Charles Patterson  
***Fundamentals of Yoga*** by Ramamurti S. Mishra (Shri Brahmananda Saraswati)  
***Foundations of Tibetan Mysticism*** by Lama Anagarika Govinda  
***Gita Wisdom*** by Joshua Greene  
***Light on Yoga*** by B.K.S. Iyengar  
***Making Kind Choices*** by Ingrid Newkirk  
***Nada Yoga*** by Shri Brahmananda Saraswati  
***Sanskrit-English Dictionary*** by M. Monier-Williams  
***Thanking The Monkey*** by Karen Dawn  
***The Anatomy Coloring Book (3rd ed.)*** by Wynn Kapit & Lawrence M. Elson  
***The Art of Yoga*** by Sharon Gannon and David Life  
***The Bhagavad Gita*** by Winthrop Sargeant  
***The China Study*** by T. Colin Thomas & Thomas M. Campbell  
***The Diamond Cutter*** by Geshe Michael Roach  
***The Food Revolution*** by John Robbins  
***The Life of Milarepa*** by Lobsang P. Lhalungpa  
***The Living Gita*** by Swami Satchidananda  
***The Myths and Gods of India*** by Alain Danielou  
***The World Peace Diet*** by Will Tuttle  
***The Yoga Sutras of Patanjali*** by Sri Swami Satchidananda  
***The Yoga Sutras of Patanjali*** by George Feuerstein  
***The Yoga Tradition*** by Georg Feuerstein  
***Tibetan Meditation*** by Lama Christie McNally  
***Spiritual Nutrition*** by Gabriel Cousens, M.D.  
***Yoga*** by Alain Danielou  
***Yoga Mala*** by Sri K. Pattabhi Jois  
***Your Right To Know*** by Andrew Kimbrell  
***101 Reasons why I'm a vegetarian*** by Pamela Rice

## **Was muss ich mitbringen?**

### **Bücher die während des Kurses gebraucht werden:**

*Jivamukti Yoga Buch*

*Hathayogapradipika*

*Patanjali das Yogasutra*

### **Persönlicher Bedarf:**

Rutschfeste Yogamatte, stabile Yogadecke (Fleecedecken z.B. sind zu weich), Yogablock aus Kunststoff, Kork oder Holz, Yogagurt (min. 200cm), ölfreie Massagelotion (bitte keine Massageöle), Schreibzeug, Stifte, warme und bequeme, der winterlichen Jahreszeit entsprechende Kleidung, evtl. feierliche weiße Kleidung für Satsang, Übungskleidung in ausreichender Menge, angemessenes Schuhwerk (u.a. Gummistiefel, Stiefel, feste Schuhe, o.ä. für den Weg zwischen Unterkunft und Unterrichtsraum) und falls erwünscht: Kamera, Computer oder Recorder.

## **Weitere Fragen**

### **Gibt es Teilnahmebedingungen?**

Ja. Erfahrung im Unterrichten von Yoga und/oder Erfahrung mit der Jivamukti Yoga® Method wird empfohlen.

Eine eigenständige tägliche Yogapraxis von ca. 2 Jahren ist wünschenswert.

Vor der Ankunft müssen Kursgebühr und Verpflegung komplett gezahlt werden.

Die Unterkunft wird bei Ankunft direkt vor Ort bezahlt.

Die Buchberichte müssen abgegeben sein und die folgenden Verträge, die nach der Anmeldung zugeschickt werden, „*Ethical Guidelines Form*“, „*Teacher Certification Agreement*“ und „*Medical Information Form*“ müssen jeweils unterschrieben vorliegen.

Auswendig lernen von Jivamukti Balancing Class (Volume 6) und Jivamukti Back Bending Class.

Es wird empfohlen diese beiden CDs zu transkribieren und die Texte zur Ausbildung mitzubringen.

Die Chakra Balancing Yoga DVD von Sharon Gannon zu üben.

### **Gibt es Bewerbungsformalitäten?**

Es gibt keine Bewerbung, aber eine limitierte Anzahl von Plätzen.

Anmeldungen an: [Jutta Däschlein](mailto:ausbildung@jivamuktiyoga.de) [ausbildung@jivamuktiyoga.de](mailto:ausbildung@jivamuktiyoga.de)

## **Anmeldung**

Für die verbindliche Anmeldung zur dritten Deutschen Jivamukti Yogalehrerausbildung bitte das Anmeldeformular vollständig ausfüllen und senden an:

Jivamukti Ausbildungs GbR  
z. Hd. Jutta Däschlein  
Schellingstraße 63  
80799 München

Mit der Anmeldung ist eine **Anzahlung von 1.008,-- €** zu leisten. Erst mit dem Zahlungseingang auf unser Konto ist die Anmeldung verbindlich und der Platz reserviert.

Bis zum 20.10.2011 (Eingang auf unserem Konto) ist die vollständige Kursgebühr zu zahlen.

Konto-Nummer        2150025  
BLZ                    200 303 00  
Bankhaus Donner & Reuschel, München

## **Zahlung und Rücktritt**

Nach der verbindlichen Anmeldung durch die Anzahlung von 1008,--€ muss der Restbetrag für die Ausbildung bis spätestens 20.10.2011 komplett bezahlt sein. (Eingang auf unserem Konto).

Verpflegung wird extra bezahlt, die Infos hierzu folgen. Der endgültige Preis richtet sich nach der Gesamtteilnehmerzahl. Es ist mit rund 820,--€ zu rechnen. Die Unterkunft wird am Tag der Anreise direkt vor Ort bar oder per EC-Karte bezahlt.

Stornobedingungen bei Rücktritt:

Bei Absage bis 19.09.2010        Bearbeitungsgebühr 200,--€  
Bei Absage bis 19.10.2010        Bearbeitungsgebühr 500,--€

Ab dem 20.10.2010 ist die gesamte Kursgebühr zu zahlen, eine Rückerstattung ist dann nicht mehr möglich.

Bei Abbruch der Ausbildung während des Kurses ist die gesamte Kursgebühr, sowie der komplette Preis für Unterkunft und Verpflegung zu zahlen.

Auf Wunsch kann eine Rücktrittsversicherung für Seminarreisen bei Kreta-Reisen in München [www.kreta-reisen.de](http://www.kreta-reisen.de) abgeschlossen werden.

Anmeldeschluss ist der 20.10.2010.

Die Anmeldungen werden nach dem Eingangsdatum bearbeitet.

### **Was ist in der Kursgebühr enthalten?**

Die Kursgebühr enthält die Ausbildungsinhalte, Unterrichtshandbuch, Kriya Yoga Hilfsmittel (Zungenschaber, Netikännchen, Körperbürste, etc.) und ein Zertifikat bei erfolgreichem Abschluss des Kurses.

Bücher, Verpflegung und Unterkunft sind extra zu zahlen.

### **Muss ich in der Abtei Frauenwörth wohnen? Kann ich jeden Tag pendeln?**

Es gibt verschiedene Unterkunftsmöglichkeiten auf der Fraueninsel.

Da es im Winter nur einen eingeschränkten Schiffsverkehr von Prien oder Gstaadt zur Fraueninsel gibt ist ein Pendeln vom Festland nicht empfohlen.

### **Kann ich mit dem Zertifikat anschließend ein Jivamukti Yoga Center eröffnen?**

Der erfolgreiche Abschluss des Kurses mit Erhalt des Zertifikates berechtigt zum Unterrichten von Jivamukti Yoga und ist der erste Schritt. Um ein eigenes Jivamukti Yoga Center zu eröffnen, wird die „Advanced Certification“ benötigt die nicht in dieser Ausbildung enthalten ist. Zusätzlich liegt die Lizenzierung zur Eröffnung eines Jivamukti Yoga Center ausschließlich bei David Life und Sharon Gannon und wird nur an diese „Advanced Certified Jivamukti Yoga Teacher“ vergeben, die den entsprechenden Anforderungen genügen.

### **Garantiert die Teilnahme am Kurs automatisch die Zertifizierung als Jivamukti Yoga Lehrer?**

Generell erhält ein Teilnehmer die Zertifizierung am Ende des Kurses sofern er vollständig teilgenommen hat. Falls jedoch nicht alle Anforderungen erfüllt wurden, wird das Zertifikat am Ende des Kurses nicht vergeben.

Zu den Anforderungen gehören vollständige Teilnahme an allen Pflichtstunden ohne Ausnahme, die Erledigung der Hausaufgaben, schriftliche und mündliche Prüfungen, vollständige Buchberichte, vollständige Zahlung der Kursgebühr und Zahlung von Unterkunft und Verpflegung.

### **Erhalte ich eine Rückerstattung, wenn ich kein Zertifikat erhalte?**

Sämtliche Gebühren, einschließlich der Unterkunft und Verpflegung sind ab dem 20.10.2011 nicht mehr erstattungsfähig.

### **Mahlzeiten**

Während der Ausbildung gibt es abwechslungsreiche vegane Verpflegung. Es werden vorwiegend frische Zutaten und so weit wie möglich regionale Biokost serviert.

Alle Mahlzeiten als Buffet.

### **Kursgebühren**

Die Kosten für die Ausbildung betragen

**4350,00 EUR zzgl. Unterkunft und Übernachtung**

(Übernachungskosten siehe unten).

## Unterkunft

Der Seminarbereich versteht sich als integraler Bestandteil der Abtei Frauenwörth, wo noch heute in der jahrhundertealten benediktinischen Tradition gelebt wird. Es wird erwartet, dass Gäste sich der klösterlichen Umgebung anpassen und sich achtsam und rücksichtsvoll verhalten.

Übernachtungspreise (ohne Verpflegung)

- <b><u>Kategorie A:</u></b> <b>(DU/WC, Seeblick)</b>	<b>im Einzelzimmer</b>	<b>52,00 € p.P. und Tag</b>
	<b>im Zweibettzimmer</b>	<b>42,00 € p.P. und Tag</b>
- <b><u>Kategorie B:</u></b> <b>(DU/WC, Hofblick)</b>	<b>im Einzelzimmer</b>	<b>42,00 € p.P. und Tag</b>
	<b>im Zweibettzimmer</b>	<b>32,00 € p.P. und Tag</b>
- <b><u>Kategorie C:</u></b> <b>(Etagen DU/WC)</b>	<b>im Einzelzimmer</b>	<b>27,00 € p.P. und Tag</b>
	<b>im Zweibettzimmer</b>	<b>22,00 € p.P. und Tag</b>
- <b>Mehrbettzimmer</b>		<b>17,50 € p.P. und Tag</b>

Die Buchung der Zimmer erfolgt zentral mit der Anmeldung, bitte den Zimmerwunsch auf der Anmeldung angeben (ggfs. eine zweite Option angeben, falls die Wunschkategorie schon ausgebucht sein sollte). Die Zimmer werden nach Eingang der Anmeldung und Verfügbarkeit vergeben.  
Bitte keine Zimmeranfragen direkt an die Abtei stellen!

## Der Ort

Das Training findet auf der Fraueninsel (Chiemsee) in der Benediktinerinnenabtei Frauenwörth statt. Knapp 100 km von München entfernt, bietet das Kloster mit seiner friedlichen Parklandschaft in kontemplativer Natur die perfekte Umgebung im Kreise gleich gesinnter Yogis zu lernen und zu praktizieren.  
Die Buchung der Zimmer erfolgt ausschließlich über uns, bitte keine direkten Anfragen an das Kloster richten.  
Mehr Infos zur An- und Abreise finden ihr auf der Website des Kloster unter [www.frauenwoerth.de](http://www.frauenwoerth.de).