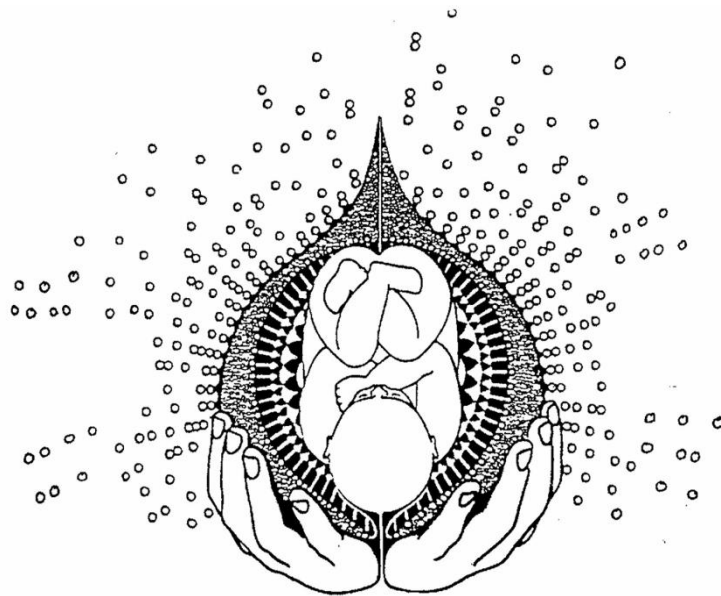


# Fortbildung Zur Kundalini Yoga Lehrerin für die Schwangerschaft

für Doulas, Hebammen  
und Geburtsvorbereiterinnen



## 1. Unser Anliegen

Die Tradition des Kundalini Yoga vermittelt einen Schatz an Wissen über Schwangerschaft & Geburt. Über männliche und weibliche Identität, Partnerschaft und Familie, Leben und Tod. werdenden Eltern bieten die yogischen Lehren Anleitung zur Entwicklung von Körperbewusstsein, innerer Stärke und Gelassenheit.

Eine Frau, die Schwangerschaft und Geburt ihres Kindes als einen schöpferischen Akt erlebt, entwickelt mehr Selbstwertgefühl als Mutter und legt die Grundmuster von Selbstbewusstsein und Vertrauen in ihrem Kind an. werdende Väter genießen ebenso Orientierungshilfen bei ihrer Rollenfindung. Sie suchen einen Weg, ihren Partnerinnen in dieser wichtigen Phase des Lebens nahe zu sein, gleichzeitig aber in ihrer eigenen Mitte zu bleiben und sich selbst weiterzuentwickeln.

Wir beschäftigen uns während der Ausbildung intensiv mit weiblichen Themen, praktizieren spezielle Meditationen für Frauen in der Schwangerschaft und kommen auch mit unserer eigenen urweiblichen Kraft intensiver in Kontakt. Wir vermitteln umfangreiches Wissen rund um Schwangerschaft & Geburt aus östlichen Traditionen speziell auf der Basis der Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. In einer Zeit zunehmender Technisierung und Medikalisierung von Schwangerschaft und Geburt kann dieses alte Wissen Frauen und Paare darin unterstützen, angemessene eigene Entscheidungen zu treffen. Die Ausbildung befähigt Teilnehmerinnen, Frauen sicher und kompetent in Kursen zu begleiten.

## 2- Ausbildungszeit

### **Die Fachfortbildung umfasst 2 Wochenenden**

Freitag ab 14 Uhr bis 18.00 Uhr

Samstag von 9.00 – 18.00 Uhr

Sonntag von 9.00 – 17.00 Uhr

### 3. Voraussetzungen für die Zertifizierung zur Schwangerenyogalehrerin

- Die Teilnahme an der Fachfortbildung Dauer 54 Stunden (inkl. Selbststudium und Hospitationen)
- Unterrichte eine Probe-Yogastunde für Schwangere (Dauer 90 Min)  
Die Teilnehmerinnen müssen 2 Formulare ausfüllen vor der Stunde die Unterrichtsvereinbarung und danach den „Fragebogen zur angehenden Kursleiterin“  
Reiche je 3 oder mehr ausgefüllte Unterrichtsvereinbarungen und Fragebögen bei uns ein.
- Schreibe ein persönliches Motivationsschreiben  
Schreibe über deine Fähigkeiten und deine Beweggründe in Bezug auf dich als beginnende Kundalini-Yogalehrerin in der Schwangerschaft
- Hospitation in einem Yogakurs für Schwangere (mind.5 Kursstunden)

### 4. Fortbildungsinhalte

• 1	Warum Yoga in der Schwangerschaft
• 2	Struktur, Richtlinien, Grundlagen des Schwangerenyoga
• 3	Hälfte der Haltungen und die Loslassübung
• 4	120.Tag mit spirituellem Hintergrund
• 5	Wohlfühlphase 3 Trimester, Ausgleich auf allen drei Ebenen
• 6	Adi Shakti, Frauenlinie, Tanz
• 7	Kleine Hormonlehre in der Schwangerschaft
• 8	Veränderungen der Organe in der Schwangerschaft
• 9	Beckenboden aus energetischer Sicht (Übungen, Schichten und Reflexpunkte)
• 10	Chakrenentwicklung bei der Mama und dem Ungeborenen
• 11	Vorstellung von Übungsreihen und Meditationen

• 12	Entspannung, Meditation und Mudras
• 13	Atmung, Tönen und Singen in der Schwangerschaft
• 14	Wahrnehmungswelt des Ungeborenen
• 15	Hälfte der Yogaübungen in der Schwangerschaft
• 16	Ängste aus yogischer Sicht- (Angst/Anspannung/Schmerz-Kreislauf)
• 17	Haltung zum Schmerz, Wortwahl / Kommunikation
• 18	Kaiserschnitt/Kaisergeburt, wie bereite ich eine Kaisergeburt vor?
• 19	Fokus pränatales Bonding „Vertraue auf deinen Körper und dein Baby als Geburtspartner“
• 20	Haltungen in den Geburtsphasen (Geburt in Bewegung)Zusammenspiel der Muskeln
• 21	Geburtstanz –Einblick
• 22	Zauber des Anfangs, der Segen der 40 Tage, Bonding, Wochenbett Bonding 3 Jahre

## 5.Anmeldung und Kosten

Information unter [www.yogadoula.de](http://www.yogadoula.de) ; [info@yogadoula.de](mailto:info@yogadoula.de)

**Die Anmeldung ist verbindlich, sobald das unterzeichnete Anmeldeformular vorliegt. Sollte eine Teilnehmerin die Fortbildung unterbrechen, ist die Gebühr weiterhin fällig. Jedoch kann die Fortbildung in einer nachfolgenden Fortbildung, evtl. auch in einer anderen Stadt fortgesetzt werden.**

## 6.Haftungsausschluss

Die Seminare werden von den Referentinnen nach bestem Wissen und Gewissen ausgeführt. Im Zweifelsfall, bei gesundheitlichen Beeinträchtigungen oder Vorerkrankungen, sind die Voraussetzungen zur Teilnahme ärztlich abzuklären.

Für Unfälle während des Seminars und auf dem Weg zum oder vom Veranstaltungsort, sowie für den Verlust oder Beschädigung von Gegenständen aller Art übernimmt die Kursleiterin gegenüber den Teilnehmenden keinerlei Haftung.

Die Teilnehmerin verpflichtet sich vor Antritt der Fortbildung, Krankheiten physischer und psychischer Natur der Referentin mitzuteilen. Die Referentin behält sich das Recht vor, zum Schutze der anderen Teilnehmerinnen und des Trainerteams, eine Teilnahme zu verweigern. Sollte diese Mitteilungspflicht verletzt werden, so übernimmt die Teilnehmerin für alles daraus Entstandene die volle Verantwortung und Haftung.

Alle in der Fortbildung vermittelten Methoden dienen der persönlichen und spirituellen Weiterentwicklung. Jede Teilnehmerin übernimmt dabei die Verantwortung für sich selbst und entscheidet aus dieser Verantwortung heraus, wie weit sie sich auf die Prozesse der Selbsterfahrung, sowie der daraus entstehenden Veränderungen, einlässt. Die angebotenen Leistungen erfolgen unter Ausschluss jeder Haftung und unter Ausschluss jeder Gewährleistung.

Im Laufe eines Seminars können persönliche oder berufliche Umstände der Teilnehmerinnen zur Sprache kommen. Die Teilnehmerinnen sind verpflichtet, über solche Umstände außerhalb des Seminars grundsätzlich Stillschweigen zu bewahren.

Die angebotenen Leistungen wie Yogaübungen und Meditationen sind Bestandteil der tradierten Lehren des Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan und stellen keine medizinische, psychiatrische oder psychologische Behandlung dar. Die angebotenen Leistungen können eine notwendige Behandlung durch Arzt oder Heilpraktiker nicht ersetzen. Im Rahmen der angebotenen Leistungen werden keine Diagnosen gestellt und keine Heilversprechen abgegeben. Wenn der Eindruck entsteht, dass eine bestimmte Leistung zur Behandlung von Erkrankungen geeignet wäre, so handelt es sich nicht um ein Heilversprechen, sondern um die persönliche Meinung der Referenten oder einen Ausdruck der tradierten Lehren des Kundalini Yoga.

## **7.Datenschutz**

Persönliche Daten wie Namen und Adressen werden nur innerhalb der Fortbildung an Referentinnen oder Fortbildungsteilnehmerinnen zu Ausbildungszwecken weitergegeben. Unbefugte Dritte haben keinen Zugang zu den persönlichen Daten der Teilnehmerinnen.

## 8. Das Fortbildungs Team

### Erika Schießl

- ♥ 1969 geboren, verheiratet, vier Kinder & vier Enkelkinder.
- ♥ Ausbilderin für Kundalini Yoga in der Schwangerschaft und Rückbildung
- ♥ KRI zertifizierte Kundaliniyogalehrerin Stufe 1 & 2 nach Yogi Bhajan
- ♥ Mitgründerin der Ausbildungsschule GefährtinAkademie
- ♥ Ausbilderin Kundalini Yoga Stufe 1 bei der Prana Jio Schule
- ♥ Ausbildung in spiritueller Krisen- und Sterbebegleitung, Hospizbegleiterin
- ♥ ganzheitliche Massagen für Frauen, Schwangere, bei Kinderwunsch und im Wochenbett
- ♥ Hawaiianische Lomi Lomi Massage



Meine Leidenschaft: Frau sein, Frauen in allen Lebenslagen begleiten, im Austausch mit Frauen sein, Schwesternschaft.

### Manuela Faki

- ♥ Jahrgang 1972, verheiratet, 3 Töchter
- ♥ geboren 1972, verheiratet, drei Töchter
- ♥ Ausbilderin für Kundalini Yoga in der Schwangerschaft und Rückbildung
- ♥ Kundalini Yoga Lehrerin Stufe 1 & 2, Sat Nam Rasayan Heilerin Stufe 1 & 2, Kinderyogalehrerin
- ♥ 2011 Mitgründerin des Yogateams Yoga-Together-One
- ♥ 2020 Mitgründerin der Ausbildungsschule GefährtinAkademie
- ♥ Organisatorin des 3HO Frauen Camps Bayern,
- ♥ Dancing for Birth Lehrerin
- ♥ ganzheitliche Massagen für Frauen, Schwangere, bei Kinderwunsch und im Wochenbett
- ♥ Hawaiianische Lomi Lomi Massage



Ich unterrichte leidenschaftlich, unterstütze gern und liebe Frauengemeinschaft

Ich bestätige, dass ich das Fortbildungsprogramm, das Bestandteil dieses Vertrages ist, gelesen habe und die darin enthaltenen Bedingungen anerkenne.

Ich bin einverstanden, dass meine Adressdaten innerhalb der Ausbildungsgruppe weitergegeben werden (bei Nichtzutreffen bitte streichen).

Ich erkenne an, dass sich die YogaDoulaGbR vorbehält, dass bei Zahlungssäumnis Kursteilnehmerinnen von der weiteren Teilnahme der Fortbildung ausgeschlossen werden.

.....

.....

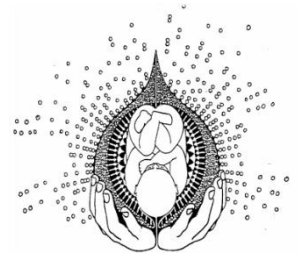
Ort, Datum

Unterschrift

**Bitte ausfüllen, unterzeichnen, eine Kopie für die eigenen Unterlagen fertigen und das Original an Mata Mandir Kaur Faki, Eckerstr. 53 in 83334 Inzell, schicken.**

**Oder per Mail [Manuela@faki.de](mailto:Manuela@faki.de) oder Whats App 0176 55918402**

## 10. Nachweise für die Zertifizierung zur Kundalini Yoga Lehrerin für Schwangerschaft



### 1. Nachweis der Hospitationen

Name:.....  
.....

	Datum	Name der Yogalehrerin und Ort der Hospitation	Unterschrift der Yogalehrerin
1			
2			
3			
4			
5			

2 Reiche drei oder mehr ausgefüllte Unterrichtsvereinbarungen und Fragebögen aus deiner kostenlosen Probestunde innerhalb von 4 Monaten bei uns ein. (Vorlagen bekommt ihr von uns)

### 3. Schreibe ein persönliches Motivationsschreiben

Schreibe über deine Fähigkeiten und deine Beweggründe in Bezug auf dich als beginnende Kundalini-Yogalehrerin in der Schwangerschaft

4. Am Ende der Fortbildung erhältst du deine Teilnahmebescheinigung. Sobald uns dein Hospitationsbogen, deine Fragebögen aus der Probestunde und dein Motivationsschreiben vorliegen, stellen wir dir deine Zertifizierung zur Kundalini-Yoga-Lehrerin für die Zeit der Schwangerschaft aus.