



KUNDALINI YOGA TT2 – LEAD TRAINER SADHANA SINGH

Relazioni Autentiche

RELAZIONI AUTENTICHE – Teacher Training di Kundalini Yoga.

2 weekend online o in presenza a Trissino Vicenza il 23-24-25 gennaio e 20-21-22 febbraio 2026

CORSO APERTO A TUTTI, FRUIBILE IN PRESENZA OPPURE ONLINE SU PIATTAFORMA ZOOM.

COSA FAREMO

Indagheremo le Relazioni e le loro dinamiche, tramite gli insegnamenti del Kundalini Yoga.

L'essere umano è un animale sociale e le relazioni da sempre sono un aspetto fondamentale dell'esistenza. Inoltre in questo periodo così sfidante, proprio le dinamiche relazionali sono particolarmente colpite ed è a maggior ragione interessante esplorarle.

Svilupperemo la **capacità di stabilire e mantenere delle Relazioni Autentiche nella propria vita**, sia nell'ambito personale che nell'insegnamento: indagheremo come formiamo, sosteniamo e onoriamo le relazioni.

Inoltre miglioreremo la capacità di essere autentici con sé stessi e con gli altri e di stabilire relazioni che partono dal cuore in piena consapevolezza. Questo determina la nostra realizzazione come esseri umani e come insegnanti di Kundalini Yoga.

Praticheremo molti kriya e meditazioni specifici, avremo momenti di approfondimento teorico e molto spazio di interazione e confronto con i compagni di corso.

A fine formazione verrà assegnata una meditazione da praticare per 90 o 120 giorni.

Per gli insegnanti di livello 1 è uno dei 5 moduli del percorso di Livello 2 KRI. Al termine della meditazione assegnata verrà svolto un esame conclusivo scritto, indispensabile per la certificazione IKYTA-KRI di livello 2.

Lead Trainer: SADHANA SINGH

Sadhana Singh è una Lead Trainer di Kundalini Yoga impegnato ad insegnare e potenziare nuovi insegnanti e futuri formatori a livello internazionale. Negli ultimi tre decenni ha condiviso la sua esperienza di apprendimento e insegnamento in tutto il mondo. Come autore ispirato, ha scritto diversi libri sulla pratica, la disciplina e la filosofia del Kundalini Yoga e le sue diverse applicazioni nei molti campi della vita umana. È anche un consulente dedicato per privati e aziende.

ORARIO

Venerdì dalle 14.30 alle 18.30, Sabato dalle 9.30 alle 13.00 e dalle 14.30 alle 17.30, domenica dalle 9.00 alle 13.00 e dalle 13.30 alle 16.00. Ai fini della certificazione è obbligatorio seguire almeno l'80% delle ore in presenza o diretta zoom con videocamera accesa.

CONTRIBUTO

Contributo per il corso 600 euro, che includono le lezioni e la dispensa del corso, suddivisibili in una caparra di 200 euro e saldo di 400 euro a inizio corso. Per i non tesserati iscrizione obbligatoria alla Lotus Ssd Srl 25 euro, tesseramento valido per un anno.

SEDE DEL CORSO IN PRESENZA

CENTRO YOGA LOTUS, Viale dell'Industria, 10a Trissino Vicenza

PER INFORMAZIONI: Elena Guru Prakash Kaur Tel. 3774065346 anche via whatsapp