

# CURSO DE FORMACIÓN INTERNACIONAL DE KUNDALINI YOGA NIVEL 1

*Según enseñanzas de Yogui Bhajan*



## **Estructura:**

- 14 intensivos, uno al mes
- De ellos, 2 son convivencias de fin de semana (el precio se incrementa con el coste de alojamiento y comida).
- El horario será de 6.30 a 18.30 hs. los sábados y de 8.00 a 14 hs. los domingos.
- El alumno recibirá el libro oficial del curso, "El toque del maestro" así como material de estudio.

## **Requisitos para sacar el Certificado**

- Asociarse a AEKY (Asociación Española de Kundalini Yoga), pagando el importe de la cuota correspondiente a un año. La asociación tramitará el certificado. Como socios, los alumnos/as tendrán derecho a descuentos en Tantra Yoga Blanco, encuentros de AEKY y manuales.
- Pagar mensualmente los módulos aún si por algún motivo no se asistiera a algún módulo. Tener todos los módulos pagados es condición indispensable de KRI para poder presentarse al examen.
- Asistir a todos los intensivos. Si se faltara a alguno, se puede recuperar en otro curso.
- Durante toda la formación, el alumno/a debe asistir a clases regulares 2 días por semana. Llevar una plantilla apuntando cada clase, el profesor, fecha y firma del profesor.
- Asistir al menos a un Tantra Yoga Blanco.
- Hacer al menos una Sadhana de 40 días (puede ser una meditación mínima de 11 minutos, o un kriya o ambos), aunque se animará al alumno/a a realizar más de una.
- Hacer una dieta ayurvédica. Kitcheri, por ejemplo, de 40 días.
- Examen a fin de curso, que se compone de varias partes:
  - ✓ examen que ha de responderse en casa, sirve como guía de estudios y que el alumno tendrá a disposición una vez finalizado el curso (se entrega antes del día del examen)
  - ✓ examen teórico de preguntas cortas
  - ✓ examen práctico breve de mantras y asanas.

Para presentarse al examen ha de haberse pagado el curso en su totalidad. Para recibir la carta de aprobado, ha de asistirse a todos los módulos.

- ✓ Elaborar un proyecto o trabajo final (Se entrega el día del examen)

*El curso será impartido por la escuela AVAGAR de Kundalini Yoga, con profesores certificados por KRI y miembros de ATA (Aquarian Teachers Academy). El certificado será cursado por AEKY y llevará el sello internacional de KRI.*

