

# ZERTIFIZIERTE AUSBILDUNG LU JONG LEHRER 2019/2020 mit Zita Hartmann und Masterclass mit Tulku Lobsang Rinpoche



## Inhalt der Ausbildung:

- Geschichte von Lu Jong und Tulku Lobsang,
- Einführung in den tibetischen Buddhismus und Tantrayana,
- Grundlagen der tibetischen Medizin
- Grundlagen Buddhistische Philosophie u. Psychologie
- Lehre der 5 Elemente
- Kenntnisse des physischen Körpers
- 23 Übungen - Theorie und Praxis
- Modifikationen / Anpassung der Übungen
- Zusatzübungen, Atemtechnik
- Achtsamkeitsmeditation
- Unterrichtsaufbau, Selbständigkeit, Zertifikation



**Die Ausbildung dauert 14 Intensiv-Tage, incl.praktische Prüfung**

**Die bestandene praktische Prüfung und der schriftliche Online-Test sind die Voraussetzung für die Masterclass/Zertifizierung mit Tulkula Lobsang mit direkter Übertragung der Lu Jong Lehre.**

## Voraussetzung zur Ausbildung:

Kenntnisse der Lu Jong Übungen bei einem Lu Jong Lehrer od. beim Lu Jong Ausbilder

## Kursdaten für die Ausbildung 2019/20:

ab FR/SA 22./23.Nov., Kurstage meistens DO, FR od.SA, die weiteren Ausbildungsdaten werden mit den Teilnehmern gemeinsam bestimmt, Interessenten können sich ab sofort melden

**Kursort:** Region Arbon, je nach Anzahl Teilnehmer

## Masterclass / Zertifizierung mit Tulku Lobsang:

4 Tage 1.-4.Okt. 2020

## Kosten:

CHF. 2'300.00 Ausbildung zum Lu Jong Lehrer

EU 420.00 Anmeldegebühr Nangten Menlang Int.,incl.Ausbildungsunterlagen

EU 380.00 Masterclass mit Tulkula Lobsang

Nicht inbegriffen: Übernachtung/Verpflegung, Fachbücher

## Anmeldung, Infos, Aufnahmegespräche

[www.lujong-yoga.ch](http://www.lujong-yoga.ch), [info@lujong-yoga.ch](mailto:info@lujong-yoga.ch), Tel. 079 453 01 57,  
Zita Hartmann, Zertifizierte Lu Jong Lehrerin/Ausbildnerin