

# ZERTIFIZIERTE AUSBILDUNG LU JONG LEHRER 2020/2021 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 Tulku Lobsang Rinpoche mit direkter Übertragung der Lu Jong Lehre.**

## Voraussetzung zur Ausbildung:

**Kenntnisse aller 23 Lu Jong Übungen bei einem Lu Jong Lehrer, bei Workshops oder beim Lu Jong Ausbilder**

## Kursdaten für die Ausbildung 2020/21:

ab ca.Okt.2020., Kurstage variieren an den Tagen DO, FR, SA, SO, in Absprache mit den Teilnehmern, Interessenten können sich ab sofort melden

**Kursort:** Region Arbon am Bodensee

## Masterclass / Zertifizierung mit Tulku Lobsang:

4 Tage anfangs Okt. 2021

## Kosten:

CHFr. 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, info@lujong-yoga.ch, Tel. 079 453 01 57,  
Zita Hartmann, Zertifizierte Lu Jong Lehrerin/Ausbildnerin