

# ZERTIFIZIERTE AUSBILDUNG LU JONG LEHRER

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, Zertifizierung



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:

nach Absprache mit den Teilnehmern, Interessenten können sich ab sofort melden

**Kursort:** Region Arbon am Bodensee

## Masterclass / Zertifizierung mit Tulku Lobsang:

März 2023, ONLINE

## 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: evt.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