



DHARAMSAL.fr



« L'enseignant·e de l'Ère du Verseau »

**Formation de Professeur·es de KUNDALINI YOGA**

Niveau 1 - certification internationale 3HO-KRI

**TOULOUSE 2022**

**Dossier d'inscription**



Sat Nām

DHARAMSAL

**Centre de Kundalini Yoga**

30 allée de Barcelone 31000 Toulouse

06 03 60 80 83 | info@dharamsal.fr | www.dharamsal.fr

# LE KUNDALINI YOGA

## Qu'est-ce que le Kundalini Yoga ?

Le Kundalini Yoga est une forme de Yoga très complète, comprenant *āsana* (postures et mouvements), *prānāyāma* (techniques respiratoires), *mudra* (postures de mains et des doigts), *bhanda* (« verrous », ou contractions ciblées de certaines zones du corps), *drisht* (concentration de l'attention), *dhyāna* (méditation), *shuniya* (silence intérieur), *mantra* (pratique du son, chant) et relaxation.

*Kundalini* signifie littéralement « en boucle, lové ». C'est une image traditionnelle qui fait référence à l'énergie puissante de nos instincts maîtrisés, la force de vie et d'envie de vivre qui parcourt toute la création et nous traverse physiquement et psychiquement ; cette énergie psychique qui, lorsqu'elle est proprement éveillée et canalisée, porte la conscience individuelle jusqu'à son union (ou *yoga*) à la Conscience Infinie.

C'est pourquoi le Kundalini Yoga est décrit comme le « Yoga de la Conscience ». Il permet de développer la conscience de son identité spirituelle, celle qui demeure au-delà de toutes les identités secondaires et temporaires (origine, âge, genre, statut social...) et n'est pas sujette aux fluctuations du temps et de l'espace. C'est donc une discipline qui s'adresse à tou-te-s, sans discrimination et indépendamment

## Principes

Le Kundalini Yoga n'est ni une gymnastique, ni une philosophie, ni une religion, mais une technologie de la conscience. Il considère l'interconnexion du corps physique, du mental et de

du système de croyances de chacun-e. Contrairement à des formes de Yoga qui prônent un mode de vie monastique, le Kundalini Yoga est un *Grisht Yoga* : il considère la vie « dans le monde » (vie conjugale, familiale, professionnelle...) et ses nombreuses interactions comme un formidable terrain d'expérience pour cristalliser sa conscience : vivre dans le monde est « l'ashram le plus élevé » selon l'antique adage sanskrit.

L'éveil de la Kundalini, selon l'approche du Kundalini Yoga, n'est pas un « flash énergétique » ou un festival de sensations inhabituelles, mais plutôt un processus continu d'éveil de la conscience, de déploiement de notre potentiel humain. Cet éveil se manifeste de multiples façons : sérénité, clarté mentale, équilibre émotionnel ; expansion personnelle, ouverture aux opportunités et développement de sa prospérité ; connexion harmonieuse à soi, aux autres et au monde ; élimination des identifications négatives et limitées et transformation des schémas de pensée (peur, culpabilité, reproche, dévaluation personnelle...) ; créativité, efficacité et excellence ; non-réactivité, sens de l'engagement, sentiment de faire partie de l'Infini de la vie, qui n'est plus vue comme un problème mais comme un extraordinaire cadeau.

l'âme/esprit. Ainsi, on passe par le corps pour stimuler précisément le système nerveux qui va nous permettre d'atteindre et de transformer le mental afin qu'il se mette au service de l'âme (et non à son

propre service selon son fonctionnement égotique et non-conscient).

C'est pourquoi le Kundalini Yoga met un accent particulier sur l'optimisation du système nerveux et du système glandulaire, le déploiement de la vitalité (ou *prāna*) et des ressources naturelles du corps, et l'équilibre des énergies subtiles du corps et du mental. Il se pratique principalement sous la forme de kriya, ou séquences de postures et de mouvement, complètes en elles-mêmes, dont les formulations précises répondent chacune à un objectif donné, et stimulent les différents systèmes de façon spécifique,

## Origines et tradition

Héritage de millénaires d'expérience yogique, le Kundalini Yoga est un enseignement mystique resté longtemps confidentiel, réservé à une élite et transmis exclusivement de maître à disciple.

Le Kundalini Yoga est désormais enseigné ouvertement grâce à Yogi Bhajan (1929-

coordonnée et reproductible. Il en résulte la possibilité d'une transformation personnelle positive, durable et continue.

Enfin, le Kundalini Yoga s'accompagne d'une connaissance profonde et holistique de l'être humain, appelée *Humanologie*, ainsi que d'une dynamique de vie propre à optimiser l'éveil de notre conscience spirituel. C'est une formidable école qui intègre l'alimentation, l'hygiène et les soins du corps, la santé et la vitalité, mais aussi l'équilibre émotionnel, les relations et la communication, la sexualité, le rapport à la prospérité, la créativité, l'expression de l'âme et la dévotion.

2004). Yogi originaire l'Inde, il a commencé à diffuser cet enseignement en 1969 aux Etats-Unis et dans le reste du monde. Personnage controversé, Yogi Bhajan n'en a pas moins mis le Kundalini Yoga au service de tous ceux qui veulent élever leur conscience et faire pleinement l'expérience du potentiel de l'incarnation humaine.

# LA FORMATION DE PROFESSEUR·ES

## Présentation

« Nous ne sommes pas ici pour rassembler des disciples, mais pour former des enseignants. » -Yogi Bhajan

C'est par cette intention forte que sont posées les fondations de l'enseignement du Kundalini Yoga : former des femmes et des hommes capables de transmettre aux générations à venir l'expérience du Yoga, dans toute sa richesse et sa profondeur ; développer l'enseignement du Yoga partout où il est nécessaire ; rendre disponible à chacun·e une pratique complète, qui s'adresse aussi bien au corps

et à ses énergies, au mental et aux émotions, et à l'âme, l'identité spirituelle.

Chacun est donc invité à explorer son potentiel d'enseignement, à partager ce dont il ou elle a fait l'expérience. La Formation d'Enseignants s'adresse à celles et ceux qui désirent apprendre à enseigner le Yoga, mais aussi ceux qui veulent approfondir leur expérience du Yoga et de la méditation. C'est un passionnant processus de transformation personnelle, une expérience riche en découvertes, une opportunité de méditer sur soi et sur le

monde, dans la lumière des enseignements du Yoga.

Depuis 2011, Dharamsal Yoga organise chaque année à Toulouse un cycle de formation à l'enseignement du Kundalini Yoga. Animée par Ram Singh accompagné

d'une équipe de formateurs francophones, la formation Toulouse 2022 consiste en 8 week-ends et un stages résidentiels intensifs, soit 24 jours entre avril 2022 et janvier 2023.

## Objectifs

Suivre la formation de Professeur·es de Kundalini Yoga proposée par Dharamsal, c'est :

- ✓ Développer les connaissances, les compétences, la confiance et la conscience nécessaires à l'enseignement de cours de Kundalini Yoga.
- ✓ Obtenir une certification de Professeur·e de Kundalini Yoga reconnue dans le monde entier.
- ✓ Découvrir ou approfondir sa compréhension du Kundalini Yoga ; enrichir son approche personnelle et sa pratique.
- ✓ Faire l'expérience d'une transformation personnelle par la mise en pratique des enseignements du Kundalini Yoga.
- ✓ Poser les bases saines et solides d'un cheminement spirituel personnel.
- ✓ Installer les fondations sur lesquelles les modules de formation de 2<sup>nd</sup> niveau, ainsi que d'éventuelles spécialisations (Yoga Prénatal, Humanologie...), vous aideront à déployer votre compréhension du Kundalini Yoga et votre pratique de son enseignement.
- ✓ S'enrichir par le partage avec des formateurs et de formatrices expérimentées et inspirantes, les autres participant·es et, plus largement, avec la communauté francophone des Professeur·es de Kundalini Yoga.

Ram Singh et l'équipe de formation s'engagent à vous assister dans ces objectifs, tout au long de la formation.

## CONTENU

Le programme complet de la formation est disponible **en annexe** de ce document.

# LA FORMATION TOULOUSE 2022

## CALENDRIER

Voici les dates des rencontres de formation :

- ✓ Week-end 1: 16-18 avril (3 jours)
- ✓ Week-end 2: 14-15 mai
- ✓ Week-end 3: 4-6 juin (3 jours)
- ✓ Stage résidentiel d'Été du 2 au 8 juillet
- ✓ Week-end 4: 10-11 septembre
- ✓ Week-end 5: 15-16 octobre
- ✓ Week-end 6: 19-20 novembre
- ✓ Week-end 7: 17-18 décembre
- ✓ Week-end 8: 14-15 janvier 2023

## L'ÉQUIPE DE FORMATION

**Ram Singh (Toulouse)** Organisateur et enseignant principal de cette formation, Ram Singh a découvert le Kundalini Yoga pendant son enfance en Afrique de l'Ouest. Fondateur avec son épouse du centre Dharamsal à Toulouse, Ram Singh participe à de nombreuses formations d'enseignants dans le monde. Il propose régulièrement des stages sur des thèmes tels que psychologie et spiritualité, connaissance du mental et méditation, ou encore sur la sexualité consciente. Ram Singh est également musicien et producteur, auteur d'albums de mantras et de chants sacrés.

**Satwant Kaur (Canada/Royaume-Uni)** Formée à Vancouver puis à Londres, Satwant Kaur enseigne le Kundalini Yoga depuis dix-sept ans. Orthophoniste de formation, mais aussi chanteuse et musicienne, elle porte un vif intérêt au Yoga du Son et au chant de mantras. En tant que formatrice de professeurs de Kundalini Yoga, Satwant enseigne régulièrement dans plusieurs programmes en Europe, et notamment en France et au Royaume-Uni où elle réside.

**Nirmalbir Kaur (Bordeaux)** Nirmalbir Kaur pratique le Kundalini Yoga depuis 2006 et l'enseigne avec passion et engagement depuis 2009. Formée à l'accompagnement de projets de grossesse, elle donne aussi des cours de Yoga prénatal. En plus des cours, Nirmalbir Kaur partage régulièrement son expérience lors de stages et de retraites thématiques, avec un accent particulier sur l'alimentation et la vitalité. Elle organise une formation de professeurs de Kundalini Yoga chaque année à Bordeaux et intervient dans divers projets de formation en France.

**Michael Lombard (Draveil)** Originaire de la montagne, à la suite de problèmes de santé, Michael découvre en 2000 le Kundalini Yoga et ses vertus. Après deux ans de pratique régulière, il retrouve une bonne mobilité et peut réexercer normalement son métier de psychomotricien auprès de personnes en situation de grande dépendance. En 2005, il décide de partager son expérience et suit la formation d'Instructeur niveau 1 puis crée l'association K.R.I.Y.A. Depuis, Michael dispense à Draveil les enseignements du Kundalini Yoga : cours classiques et cours

spécifiques de méditation, ainsi que divers ateliers. Passionné par le chant sacré, la capacité de transformation humaine et de plasticité cérébrale, il est également psychologue clinicien, soignant en institution et en consultation individuelle.

**Sukhram Kaur (Toulouse) :** Le parcours de Sukhram Kaur inclut notamment une formation d'enseignant de Kundalini Yoga certifiée par KRI, une formation de yoga pré-natal et post-natal (méthode *Khalsa Way* de Gurmukh), une formation de Yoga Thérapie (modules 1 et 2) avec Guru Dharam, au sein de Golden Bridge Yoga (New-York) où elle a eu l'opportunité

d'apprendre auprès de professeurs formés par Yogi Bhajan. Sukhram est également instructrice de Pilates (certification Romana's Pilates, True Pilates Studio, New-York) et titulaire d'une Licence Professionnelle des Métiers de la Forme, Conseil et suivi personnalisé en activités physiques de développement et d'entretien (Faculté des Sciences du Sport et du Mouvement Humain, Université Paul Sabatier, Toulouse). Le Kundalini Yoga étant devenu partie intégrante de sa vie, Sukhram Kaur partage généreusement sa connaissance et son expérience de ce chemin vers le bonheur.

## La certification 3HO-KRI

La certification d'Enseignant·e est délivrée par *Kundalini Research Institute* (3HO-KRI). Elle permet d'intégrer la Fédération Française de Kundalini Yoga (FFKY), qui regroupe les enseignants francophones, et/ou IKYTA (International Kundalini Yoga Teachers Association) auquel la FFKY est associée. Elle donne également accès à

tous les programmes de deuxième niveau de formation certifiés par 3HO-KRI.

Cette formation est agréée par KRI : KRI garantit la compétence des formateurs et la validité du contenu de la formation et de l'expérience qu'elle propose, ainsi que la validité de la certification reçue et sa reconnaissance dans le monde entier.

## Les requis de la certification

La certification 3HO-KRI d'Enseignants de Kundalini Yoga - Niveau 1 est obtenue aux conditions suivantes :

- ✓ avoir suivi tous les modules de formation dans leur intégralité
- ✓ pendant la durée de la formation, avoir suivi un minimum de 20 cours de Kundalini Yoga enseignés par un·e enseignant·e certifié·e par 3HO-KRI
- ✓ avoir enseigné une à trois sessions complètes (cours ou *sādhanā*) dans le contexte de la formation (avec évaluation orale et écrite par les formateurs)
- ✓ avoir pratiqué 40 jours de série/méditation de Kundalini Yoga et, plus largement, maintenir une pratique régulière tout au long de la formation
- ✓ avoir suivi la journée intensive de méditation (intégrée à la formation)
- ✓ avoir remis son mémoire de fin d'études dans le mois suivant le dernier module de formation

## Rattraper un module

L'assiduité à tous les modules est un requis de la formation. Néanmoins, il peut arriver qu'un·e participant·e sache dès son inscription qu'il/elle manquera un module particulier. Dans ce cas, il convient d'en parler à l'organisateur/trice avant de confirmer son inscription.

Il peut aussi arriver qu'en toute bonne foi, on ne puisse pas participer à un module : un imprévu de dernière minute, un enfant malade, etc.

Dans tous les cas, des solutions sont possibles :

- ✓ Rattraper ce module lors de la même formation l'année suivante.
- ✓ Rattraper ce module la même année lors d'une autre formation dirigée par le même directeur de formation (Ram Singh), à Bordeaux ou Nantes principalement.

Dans tous les cas il revient donc au participant de se renseigner sur la date du module à rattraper et de prendre contact avec l'organisateur pour organiser sa participation. Le participant organisera soi-même son hébergement et participera aux frais des repas le cas échéant. Mais aucun

## Modules en ligne

La formation proposée par Dharamsal est conçue pour être suivie en présentiel. On ne peut pas vraiment apprendre en ligne à enseigner le Kundalini Yoga.

En raison du contexte sanitaire néanmoins, il se peut que certains modules soient enseignés en distanciel, ou en formule mixte avec une partie du groupe en présentiel et une autre présente en ligne. Des adaptations spécifiques seront alors

frais lié aux enseignements ne sera demandé. Il va sans dire que lors de ce module à rattraper, le participant s'efforcera de s'insérer dans ce groupe de formation avec la meilleure des attitudes : respect de la dynamique du groupe, participation active et bienveillance envers tou·te·s.

Si des circonstances exceptionnelles rendent les options ci-dessus inaccessibles, alors il convient d'en parler à l'organisateur afin d'explorer ensemble toutes les options possibles (par exemple : rattraper ce module dans une autre école de formation, sous conditions).

L'aménagement du rattrapage d'un module manqué se fera toujours dans la conscience que c'est bien le participant qui, même contre son gré, n'a pas pu participer à ce module. L'organisateur fera de son mieux pour faciliter le rattrapage de ce module, mais ne saurait en être tenu pour responsable, car il/elle n'a en définitive pas d'autre engagement que de garantir la tenue des modules de la formation à laquelle le participant est inscrit.

portées au contenu de ces modules : ordre des modules, déroulé de la sādhanā, ajustement de horaires, mais aussi kriyas et méditations qui sont pratiquées. En effet, certaines pratiques ne sont pas adaptables au format distanciel, et seront être utilement remplacées par d'autres, plus appropriées.

## Devoirs entre les modules

Le travail à faire chez soi entre deux modules consiste principalement à :

- ✓ maintenir une pratique personnelle régulière ;
- ✓ lire les chapitres du manuel correspondant au module précédent et/ou suivant, ainsi que les différents documents partagés en session ;
- ✓ accompagner ses lectures, sa pratique individuelle et la conversation au sein du groupe, d'une réflexion personnelle, notamment grâce à la tenue d'un

journal de formation où seront reportées les questions qui se manifestent, les idées, les clés de compréhension, les ressentis et les émotions... qui accompagnent le processus de formation ;

- ✓ lire et répondre à la liste de « questions par module » (distribuée lors de la première rencontre) pour vérifier après chaque module que l'on a bien acquis les points les plus importants.

## Pratique personnelle

Suivre la formation d'enseignant-es, c'est aussi approfondir sa pratique personnelle, son expérience, sa maîtrise des techniques, sa sensibilité à la richesse des ressentis, sa stabilité en méditation, sa compréhension de la technologie, etc. Autant d'éléments qui font la qualité d'un-e enseignant-e.

C'est pourquoi l'équipe de formation encouragera la pratique personnelle des participant-es :

- ✓ en insistant sur l'importance d'avoir suivi des cours de Kundalini Yoga avant de s'inscrire à la formation. Il s'agit d'arriver en formation avec l'expérience la plus consistante possible de cette technologie, plutôt que de la découvrir en cours de formation.

- ✓ en demandant aux participants de suivre un minimum de 20 cours de Kundalini Yoga enseignés par des professeur-es certifiés par KRI, pendant la durée de la formation. Ceci dans le but de gagner en expérience et d'être plus attentif au déroulé d'un cours et aux approches qui fonctionnent bien.

- ✓ en proposant des kriyas et méditations à expérimenter chez soi, entre les modules. Ici, la clé est plus dans la régularité que dans l'intensité. Bien entendu, cette pratique n'est pas évaluée, mais chacun-e pourra toujours solliciter les formateurs pour une écoute et des conseils quant à leur expérience personnelle.

## Mise en situation d'enseignement

C'est en enseignant que l'on devient enseignant-e. C'est pourquoi la formation proposée par Dharamsal met un accent particulier sur la mise en situation d'enseignement. Pendant toute la durée de la formation, chaque participant-e aura

l'opportunité d'animer 2 à 3 cours au sein du groupe, selon un calendrier établi lors du premier module.

Les participant-es à la formation seront bien sûr guidés dans la préparation du



cours qu'ils animent : format du cours, choix du kriya et de la méditation, conseils pratiques, critères d'évaluation, etc.

Ces séances feront l'objet d'une évaluation détaillée par les formateurs, ces temps de

### Journée intensive de méditation

Jusqu'à récemment, un des requis de la formation de niveau 1 était d'avoir suivi une journée de *White Tantric Yoga* (série de méditations spécifiques) au sein du réseau 3HO.

Compte tenu du contexte sanitaire qui limite la capacité de ce type de rassemblements, cette journée est

### Mémoire de fin d'étude

Le mémoire de fin d'études sanctionne la formation. Il consiste en deux parties :

1. La présentation détaillée d'une série de 10 cours pour débutants.
2. La présentation détaillée d'un thème relatif au Kundalini Yoga (stress, mal de dos, régulation des émotions, relaxation, etc.). Il s'agit ici de :

- ✓ développer une approche yogique du thème choisi en exposant comment le Kundalini Yoga considère cette question particulière (analyse du thème selon les critères du Yoga, son approche énergétique, humanologique, psychologique ou spirituelle).

### Participation et interactivité

La participation active et l'interactivité sont au cœur du processus de formation. Lors des sessions et entre deux sessions, que chaque participant-e se sente invité-e à

restitution constituant pour tous un ingrédient majeur du processus d'acquisition du « savoir-faire » de l'enseignant-e.

remplacée par un jour entier de méditations longues sélectionnées par l'équipe de formateurs, qui sera intégré à la formation (sans frais supplémentaires, donc). D'autres journées de ce type seront proposées par le centre Dharamsal ainsi que lors de divers événements et festivals de Kundalini Yoga.

- ✓ développer une réponse pratique (quels *āsana*, kriyas, *prānāyāma*, méditations ; éventuellement, quelles pratiques quotidiennes à mettre en œuvre, quelles attitudes de vie à adopter) et la mettre en œuvre sous la forme d'une série de 5 à 10 cours spécifiques.

Dans la rédaction de ce mémoire, les participant-es s'efforceront de démontrer l'acquis des connaissances apportées tout au long de leur formation, ainsi que leur capacité à concevoir en détail des séances thématiques.

Des instructions plus complètes quant au travail de fin d'études seront données aux participant-es en cours de formation.

intervenir, à poser des questions et à contribuer à l'exploration des thèmes abordés. C'est aussi une opportunité offerte à chacun-e de développer un

élément essentiel de la conscience yogique : l'art d'une communication consciente, authentique et efficace.

### Vie du groupe de formation

Le groupe de pairs joue un rôle important dans la formation. Les échanges entre participants, en session et hors de modules, contribuent à la richesse et à la profondeur de leur expérience. Ils sont aussi amenés à collaborer, pour la préparation d'un cours, par exemple. Sans

l'organiser, les formateurs encouragent la communication entre participants, par courriel par exemple, ou grâce à des outils du type « groupe Whatsapp », voire des rencontres entre participant-es, en ligne ou physiquement, hors session de formation.

### Tarifs et réductions

**Enseignement : 2200 €**

**Réductions cumulables :**

- ✓ 5% si inscription avant le 14 février
- ✓ 5% si paiement intégral au 1<sup>er</sup> week-end

*Soit la possibilité de suivre cette formation pour 2090 €, voire 1980 € si vous cumulez ces deux conditions*

Il est possible d'échelonner les paiements selon un calendrier à déterminer en début de formation.

### Stage résidentiel d'Été

6 jours en pension complète, repas bio végétariens

- ✓ **240 €** en camping
- ✓ **270 €** en tarif chambre double

Compter 15 € supplémentaires pour l'option sans gluten et/ou sans lactose. Pour toute autre option alimentaire, nous contacter.

### Stage résidentiel d'Hiver

5 jours et demi en pension complète, repas bio végétariens

Le lieu et les tarifs seront communiqués prochainement (prévoir des conditions relativement similaires au résidentiel d'été).

### Désistements et remboursements

En cas de désistement de la formation, pour quelque motif que ce soit, après le premier module de formation et avant le 30 avril 2022 (soit dans le délai réglementaire de 14 jours), un remboursement des frais de formation (minoré des arrhes, et au prorata du temps restant) sera effectué.

Pour tout désistement au-delà de ce délai, et quel que soit le motif, aucun remboursement ne sera possible.

En cas de problème de santé, familial, financier ou autre, qui compromettrait la poursuite de la formation, il conviendra

d'en parler le plus tôt possible au responsable pour de chercher ensemble des solutions.

## Livres et documents

### Manuels de formation

Le manuel de formation, *The Aquarian Teacher*, est disponible dans sa traduction française. Il se présente en deux volumes : le premier est consacré à la théorie, le second compile des kriyas et des méditations accessibles aux enseignants débutants pour la plupart.

Néanmoins, notre formation ne s'appuiera qu'occasionnellement sur ce manuel, reconnaissant qu'il a été rédigé dans les années 90 pour un public essentiellement américain. Or la compréhension de ces enseignements a évolué depuis, et notre contexte culturel nous fait parfois appréhender les choses autrement. Une

### Autres manuels et documents

Vous trouverez en annexe une liste d'ouvrages recommandés, sélectionnés pour la qualité et l'authenticité de leur contenu. Ils vous serviront aussi bien dans votre pratique personnelle que pour les cours que vous donnerez.

nouvelle version anglaise de ce manuel est parue récemment mais n'a pas encore été traduite en français.

Nous puiserons aussi dans un autre ouvrage, *Manuel Pratique de Kundalini Yoga* (traduction de la version originale *Sadhana Guidelines*), très bon recueil de kriyas et méditations de tous niveaux.

Ces ouvrages sont disponibles à la vente sur le site : [www.livres.yoga](http://www.livres.yoga)  
Normalement, les élèves inscrits en formation d'enseignants ont droit à une réduction.

Enfin, un grand nombre de documents (kriyas et méditations, textes traduits, illustrations...) vous sera distribué tout au long de la formation, en format numérique généralement.

## VOTRE INSCRIPTION

### INFORMATIONS PERSONNELLES

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Lieu de naissance : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Numéro de téléphone : \_\_\_\_\_

Email : \_\_\_\_\_

## VOTRE EXPERIENCE DU YOGA

---

Décrivez ici votre expérience du Kundalini Yoga : découverte, cours (avec quels enseignants ?), stages, pratique personnelle...

Avez-vous une expérience d'autres enseignements de Yoga et de méditation ? Si oui, lesquels ?

## VOTRE MOTIVATION

---

Qu'est-ce qui vous motive à vous inscrire à cette formation de Professeur·es de Kundalini Yoga ?

Avez-vous des problèmes de santé que vous jugez utile de nous faire connaître ?

Je soussigné·e \_\_\_\_\_

- ai pris connaissance de l'intégralité de ce dossier d'inscription ;
- ai notamment pris bonne note des modalités financières et des conditions d'obtention de la certification ;
- précise qu'à ma connaissance, ma condition de santé physique et mentale me permet de pratiquer le Yoga ;
- ai bien compris que l'enseignement du Kundalini Yoga n'a pas valeur d'avis ou de diagnostic médical ;
- m'inscris à la formation d'Enseignants de Kundalini Yoga proposée par Dharamsal Yoga à Toulouse, d'avril 2022 à décembre 2023 ;
- joins à mon inscription un chèque d'arrhes (non remboursables) de 300 € à l'ordre de DHARAMSAL.

*Date*

*Signature*



Ce dossier d'inscription complété et signé est à renvoyer par courrier postal à

**Dharamsal 30 allée de Barcelone 31000 Toulouse**

Pour tous renseignements, contacter Ram Singh :

**06 88 76 85 54 – [info@dharamsal.fr](mailto:info@dharamsal.fr)**

The logo for Dharamsal.fr features a stylized white outline of a traditional Indian architectural element, possibly a dome or a shrine, positioned above the text. The text "DHARAMSAL" is written in a bold, blue, sans-serif font, and ".fr" is written in a red, cursive script font to the right.