



Atualização do Treinador
23 de março de 2020

Sat Nam queridos professores treinadores,

Nossas orações para que vocês e suas famílias estejam saudáveis durante estes tempos de grande desafio.

- **Avançando juntos** – Com base no seu feedback, ouvimos que a comissão que anunciamos não era a melhor maneira de começar. Nosso objetivo agora é encontrar uma maneira de tornar este processo mais inclusivo. A intenção do KRI é ouvir as nossas vozes coletivas, estabelecer os meios para permitir conversas rápidas e dinâmicas, abrir a discussão ao que a liderança significa para nós, e estabelecer processos a fim de rever as mudanças que precisamos de fazer. Estamos pesquisando ativamente opções que nos permitam avançar de uma forma mais inclusiva. Vamos mantê-lo atualizado e informado à medida que isso se desdobra.
- **Cursos de Formação online** – Dadas as medidas sem precedentes que estão sendo tomadas contra a COVID-19 neste momento, precisamos ser flexíveis do que normalmente somos para permitir mais treinamentos online (tanto nos programas de Nível Um como de Nível Dois). Veja a gravação do webinar do Dr. Japa Kaur com dicas para fazer isso com mais sucesso [aqui](#).
 - Para os dias de aula programados entre agora e 30 de junho de 2020, você pode ensinar até 3 dias consecutivos online. Por favor, contate Amrit Singh se você quiser fazer mais de 3 dias seguidos online, pois isso começa a afetar a capacidade do aluno de sentar-se diante de um computador.
 - Nós continuaremos monitorando a situação da COVID-19, e estaremos ouvindo seus comentários, para ver se esta exceção temporária deve ser estendida.
- **Kriya contra "víruses do futuro"** – [Veja aqui](#) um pranayama até então inédito, do 15 de abril de 1986, que foi dito para "queimar bactérias e vírus do futuro".
- **Ferramentas adicionais do Sistema Imune** – Acesse um kit de ferramentas do [Sistema Imune atualizado e expandido aqui](#). E você pode assistir ao vídeo [Coronavirus: O que fazer! com a Dra. Shanti Shanti Kaur](#).
- **2º Webinar sobre Linhagem e Legado** – Terça-feira, dia 24 de março, às 18h (Mountain Daylight time) neste link: [Legado e Linhagem do Kundalini Yoga](#). O webinar será gravado e postado para visualização mais tarde se você não puder fazer desta vez!
- **Tópicos Desafiadores Atuais: Melhores Práticas** - Como Treinadores, nós sustentamos o espaço durante o processo e permitimos o diálogo sobre tópicos difíceis, mas nenhum tão desafiador como o de agora! Mais do que nunca, vamos nos apoiar uns aos outros para ajudar aos alunos em formação a se centrarem em sua prática de Kundalini Yoga. Quais são as melhores estratégias que você usou para avançar com os alunos? Quais são outras formas que você pode não ter considerado ou outras ideias? [Este círculo no Sutra](#) é para reunir as

melhores práticas, o que tem funcionado e o que não tem funcionado! Também vamos organizar sessões de diálogo em grupo sobre o Zoom / ao vivo apenas / não gravado para que as pessoas possam falar livremente e possamos apoiar uns aos outros como uma comunidade. Anunciaremos em breve sobre dia, horário e apresentador.

- **Atualizações da Equipe de Resposta Colaborativa** – Mantenha-se atualizado sobre os anúncios da Equipe de Resposta Colaborativa [em seu site](#), que agora tem uma seção de FAQ ampliada.

Traduzido com a versão gratuita do tradutor - www.DeepL.com/Translator