

Curriculum Vitae

Persönliches

Sohan Kaur Klinis
Kundalini Yoga-Lehrerin und Ausbilderin für Kundalini Yoga-Lehrer
Shiatsu-Therapeutin
Yogische Beraterin (Karam Kriya Coach)

Jahrgang 1975

Kontakt:

Tennesseeallee 21, 76149 Karlsruhe
Tel.: 0721-1518710, mobil: 0160-5330199
Email: kontakt@sigoma.de

Berufserfahrung

- **Seit 2005 freiberufliche Tätigkeit mit eigener Gesundheitspraxis „Sigoma“ für Yoga, Shiatsu und Coaching**
- **Beratungsfunktion für Rehabilitanden und Schwerbehinderte im öffentlichen Dienst**
Coaching von Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen
Beratung von Arbeitgebern zu Integration und Fördermöglichkeiten von Menschen mit Behinderungen
- **Gewerchaftssekretärin der IG Metall Karlsruhe, Dezember 2002 – Dezember 2004**
Bildungsarbeit:
Planung, Organisation und Durchführung von Seminaren
Entwicklung von Seminarkonzepten für die Jugend-, Frauen- und Betriebsratsarbeit
Coaching:
Betreuung und Beratung verschiedener Personengruppen
Gremienberatung von Industrie- und Handwerksbetrieben
 - Vertretung der örtlichen Verwaltungsstelle auf Landesebene in Tarifkommissionen, Arbeitskreisen und Ausschüssen
 - Pressearbeit
- **Controller, KIT B.V., Niederlande, Oktober 2000 – September 2002**
 - Analyse, Vereinfachung und Optimierung der Produktionsstrukturen
 - Budgetierung, Kostenreduktion, Überwachung des Produktionsbereichs
 - Monats-, Halbjahres- und Jahresvergleiche
 - Aufbereitung und Präsentation der Daten für die Geschäftsleitung

Trainer- und Beraterkompetenz

- Langjährige Erfahrung als Beraterin und Coach für
 - Menschen in Lebenskrisen
 - berufliche Neuorientierung
 - Krisenbewältigung bei Erkrankung und Einschränkungen im gesundheitlichen Bereich
 - Umgang mit beruflichen Veränderungen

Qualifizierung

- Studium des Wirtschaftsingenieurwesens, Stipendiatin der Hans-Böckler-Stiftung
- Yoga-Lehrerin nach den Richtlinien des Deutschen Yoga-Dachverbands (DYG)
- International anerkannte Ausbilderin für Kundalini Yoga Lehrer (KRI / 3HO), Mitglied im internationalen Kundalini Yoga Lehrerverband IKYTA
- Coach und Ausbilderin für yogische Beratungsarbeit (Karam Kriya)
- Ausbildung zur Shiatsu-Praktikerin (nach den Richtlinien der GSD)
- Fortbildungen im Bereich Berufs- und Arbeitspädagogik
- Fortbildung zur Arbeitsmethodik
- Weiterbildung Projektmanagement nach den Richtlinien der GPM (Level D)
- Fachseminare zur besonderen Situation von Menschen mit Behinderung, u.a.:
 - Auswirkungen von körperlichen und psychischen Behinderungen
 - Auswirkungen von Sinnesbehinderungen und Sprachbehinderungen
 - Auswirkungen von Lernbehinderungen und geistigen Behinderungen
- kontinuierliche Supervision

Sprachen	Muttersprache Deutsch Englisch verhandlungssicher Grundkenntnisse in Griechisch und Niederländisch
Referenzen	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ausbilderin für Kundalini Yogalehrer mit internationalen Lehraufträgen in den Niederlande, Belgien, Finnland, Island, England, Estland und Deutschland ▪ Trainerin für Fortbildungen im Gesundheitsbereich, u.a. zu Ernährung im Einklang mit den Elementen (TCM & Ayurveda), Stärkung der Immunabwehr, Einführung in die yogische Beratungsarbeit (Karam Kriya), Zusammenhang zwischen Yoga und den Meridianen der TCM, Einführungen ins Shiatsu ▪ Organisation von internationalen Seminaren im Auftrag der Karam Kriya School ▪ Übersetzungsaufträge für die Yoga-Lehrer- und Beratungsausbildungen der 3HO, Dachverband für Kundalini Yoga, und der Karam Kriya School ▪ Mittagspausen-Yoga im Rahmen des betrieblichen Gesundheitsmanagements
Aktuelle Projekte	Aufbau einer Kundalini Yogalehrer-Ausbildung für Stufe 1 und Stufe 2 unter dem Dach der Karam Kriya School in Deutschland Aufbau einer Beratungsausbildung (Karam Kriya) in Estland