

Basic Yoga Teacher Training Februari 2012

Opleidingsdata

Zaterdag 11 februari 2012	13.00 – 16.00u
Zaterdag 25 februari	13.00 – 16.00u
Zaterdag 10 maart	13.00 – 16.00u
Zaterdag 24 maart	13.00 – 16.00u
Zaterdag 7 april	13.00 – 16.00u
Zaterdag 28 april	13.00 – 16.00u
Zaterdag 12 mei	13.00 – 16.00u
Zaterdag 26 mei	13.00 – 17.00u

Voor wie

Voor iedereen die geïnteresseerd is in (hatha) yoga en zowel meer diepgang in de filosofie als in de kennis van houdingen zoekt. Na het succesvol afronden van deze opleiding kun je zelfstandig lesgeven. Aangezien dit een intensieve opleiding betreft, is het belangrijk dat deelnemers zeker weten of zij, minstens gedurende een aantal maanden, intensief met yoga bezig willen zijn. Ervaring met yoga is nodig om dit te kunnen bepalen.

In de opleiding worden ook de oorspronkelijke leringen besproken (o.a. uit de Bhagavad Gita) die kunnen afwijken van 'onze Westerse kijk' op de wereld. Wij vinden het belangrijk dat yogadocenten ook kennis hebben van de werkelijke achtergrond van yoga en dit vraagt soms een open 'mind'.

Dagelijkse studiebelasting: 40 – 60 minuten per dag

Wat leer je

- Lesgeven (in kleinere groepen)
- Tussen de 40 en 60 verschillende asana's (nauwkeurig)
- Ademoefeningen en pranayam
- Lesopbouw
- Verschillende zonnegroeten
- Inzicht in verschillende yogavormen
- Fysiologie
- Anatomie
- Filosofie

Op de laatste lesdag vindt het theorie-examen plaats. De stageperiode vindt plaats na de opleidingsdagen. Men kan kiezen om twee halve stagelessen te geven in onze aangesloten yogastudio, of een dvd opname van een uur te maken. Na goedkeuring van de stageopdracht (incl. Feedback) is het mogelijk om het eindexamen te doen, waarbij de deelnemers nogmaals een halve les geeft (dvd is mogelijk) en laat zien dat men de ontvangen feedback heeft kunnen toepassen. Na goedkeuring van het praktijkexamen ontvangt de deelnemers het diploma.

Prijs € 480,- (incl. 19% btw, lesmateriaal en diploma, excl. specifieke literatuur (extra kosten circa € 70,- aan dvd en boeken).