

Basistraining Kundalini Yoga op de Stoel voor Yogaleraren

Wil je als Yogaleraar Yoga op de Stoel kunnen aanbieden aan mensen met gezondheidscondities en/of beperkingen in beweegmogelijkheden dan is deze training wat voor jou.



Doelstelling van de training is om preventie en ondersteuning door yoga en meditatie aan te kunnen bieden. Hiermee kun je mensen begeleiden in het laten toenemen van hun bewustwording, waardoor gezondheid en welzijn stabiliseren of toenemen. Ook leren mensen op liefdevolle wijze met zichzelf en hun eigen grenzen om te gaan.

Inhoud: Tijdens de Training ga je bezig met *methodiek*, verdiep je je in *thematische en didactische vragen over de doelgroep*. Ook ga je bezig met de *aanpak*. Je geeft les tijdens de training en maakt *huiswerk opdrachten*. Centraal hierbij staat: Wat hebben deze mensen nodig. Hoe breng je de mogelijkheden van deze mensen en de essentie van de kriya zo dicht mogelijk bij elkaar. Er wordt ingegaan op diverse lichamelijke en geestelijke condities waarin mensen uit deze doelgroep kunnen verkeren.

Duur: Training van 2 dagen van 8 uur, plus 30 minuten afsluitend Online gesprek, exclusief zelfstudie en huiswerkopdracht. Tussen de twee dagen zit een periode van minimaal 2 weken. Uit ervaring blijkt dat de periode tussen beide trainingsdagen gelegenheid biedt om je te verdiepen door tussentijds les te geven aan je eigen cliënten.

Kosten:** De Training voor Kundalini yogaleraren (16,5 uur): € 400,00. Dit is inclusief € 30,00 aanmeldingskosten en Trainershandleiding. (Hierbij geen middag Grondbeginselen KY).

Training voor leraren uit andere tradities (21,5 uur): € 450,00. Dit is inclusief € 30,00 aanmeldingskosten, Trainershandleiding en de Kundalini Yoga Grondbeginselenmiddag voorafgaand aan de Training.

Vroegboekkorting** van € 50,00 bij aanmelding en ontvangst betaling tot 1 maand voor aanvang van de Basistraining Kundalini Yoga op de Stoel. **Extra korting** à € 100,00 indien ook *Training Self-care Kundalini Yoga Programma** is/wordt betaald en gevolgd.

Locatie: De Basistraining Kundalini Yoga op de Stoel wordt gegeven in **Enschede**, indien noodzakelijk door C. maatregelen online via Zoom. De training kan op verzoek in overleg ook op locatie gegeven worden.

Data 2021: Vrijdag 24 september & 15 oktober, 10.00-18.00 uur: *Basistraining Kundalini Yoga op de Stoel*. Indien online, dan vier halve dagen reserveer hiervoor extra data 5/26 november 10.00-14.00
Vrijdag 10 september, 13.00-18.00 uur *Grondbeginselen Kundalini Yoga*.

Vereisten voor de Training

Kundalini Yogaleraren: het certificaat KRI-level 1 Instructor voor KY leraar.

Leraren uit andere tradities: erkend diploma tot yogaleraar en volgen vooraf verplicht een middag Grondbeginselen van de Kundalini Yoga. We adviseren om een aantal Kundalini Yogalessen te volgen.

De Trainer: Monique Siahaya ~ Amrit Kriya van YogaNamo richt zich al vele jaren op Kundalini Yoga, Yoga op de Stoel, Senioren Yoga en Self-care Yoga. Monique is daarnaast acht jaar als docent aan de Fachausbildung Kundalini Yoga für Senioren in Duitsland verbonden geweest. Momenteel volgt Monique segmenten van de Kundalini Yoga Therapy Training van het Guru Ram Das Centre for Medicine & Humanology en richt zich daarmee op het geven van therapeutische yoga. Samen hebben Ivonne Wopereis en Monique Siahaya het KRI gecertificeerde Self-care Kundalini Yoga Programma en de Training voor Yogaleraren ontwikkeld en het boek 'Yoga ondersteunt in zorgen voor jezelf en de ander'. Dit is een Self-care Yoga programma, voor iedere persoon die zelfzorg behoeft b.v. mantelzorgers, hulpverleners en zorg medewerkers.

Contact, informatie en aanmelding

Monique Siahaya ~ Amrit Kriya www.YogaNamo.nl
info@YogaNamo.nl



KY: Kundalini Yoga; KYoS: Kundalini Yoga; *ProgsKY: SelfcareKundaliniYogaProgramma **Algemene voorwaarden en betalingscondities: zie aanmeldingsformulier