

Opleiding tot yogadocent

In de traditie van T. Krishnamacharya

De vorming loopt over 4 jaar en omvat per jaar 6 WE en één zomerstage van 5 dagen. Privélessen worden aangeraden. Ze helpen u bij uw persoonlijke problematiek en brengen u tot zelfkennis. Uw relaties, uw manier van communiceren, uw kijk op het leven en uw persoonlijke leven zullen erdoor veranderen.

Leerprogramma

De opleiding is bedoeld voor wie yogaleraar wil worden en voor ieder die zich verder wil bekwamen in yoga of zich persoonlijk wil ontplooien.

Er zijn 2 modules. De eerste twee jaar is vooral gericht op die personen die hun yogakennis willen verdiepen en willen vooruitgaan in hun persoonlijke ontwikkeling.

In het tweede blok wordt er meer gefocust op het lesgeven, de verdieping van de teksten en de therapeutische aspecten van de yoga en dit in de praktijk via pedagogische benadering in werkgroepen.

ALGEMEEN PROGRAMMA OVER 4 JAAR

1. Vervolmaking en persoonlijke ontwikkeling van de studenten. Eerste en tweede jaar:

- 🍏 Theorie en praktijk van de belangrijkste houdingen
- 🍏 Theorie en praktijk van de ademhalingstechnieken
- 🍏 Filosofie van de yoga volgens de yoga sūtra van Patañjali
- 🍏 Anatomie en fysiologie in functie van de yogapraktijk
- 🍏 Basisprincipes van de ayurveda
- 🍏 Recitatie van de yoga sūtra

2. Vorming tot Yogaleraar: derde en vierde jaar

- 🍏 Vervolg van en uitdieping van de technieken
- 🍏 Vervolg fysiologie en anatomie
- 🍏 Pedagogie van het lesgeven: groepslessen en individuele lessen
- 🍏 Methodiek van de lesopbouw
- 🍏 Therapeutische benadering van de yogatechnieken met het oog op een gezonde geest in een gezond lichaam. Holistische aanpak van yoga.
- 🍏 Studie van filosofische teksten uit het Indische gedachtegoed zoals Sāṃkhya Kārikā , Bhagavad Gītā...
- 🍏 Gebruik van mantras
- 🍏 Praktijk van meditatie

Er worden per WE 3 yogapraktijken voorzien die na het tweede jaar door de leerlingen worden begeleid.

Tijdens het jaar krijgen de deelnemers opdrachten om thuis uit te werken en zo hun kennis te verdiepen .

In de zomerstages gaan we dieper in op de teksten, zijn er ateliers rond de houdingen, is er groepswork rond gezondheidsthema's, lesopbouw en yogasūtra. Dit alles draagt bij tot uw persoonlijke vorming en ontwikkeling

Daarnaast wordt er van de leerlingen voortdurend interactie en actieve inzet gevraagd zoals het opmaken van praktijken, het begeleiden van praktijken, het naar voor brengen van anekdotes in verband met de yogasūtra, dit om hun praktische kennis en inzicht te toetsen en te verdiepen.

Het volgen van een lerarenopleiding is een sprong in je evolutie want je werkt aan je eigen groeiproces. De inzichten in jezelf en het leven verdiepen zich steeds meer. Dit is het doel van Yoga. Yoga is een weg naar bewustwording. Wat jij niet kent beheerst jou. Alleen wat bewust is kan veranderen.

Kostprijs

De prijs voor de 6 WE's is 750€

Prijs voor de zomerstage: 500 euro lesgeld (logement en maaltijden niet inbegrepen). (raming 550€ -650€, afhankelijk van de kamerkeuze)

De totale prijs per schooljaar voor het onderricht bedraagt dus 1250€.

Hiervan is 250-€ te betalen als voorschot bij de inschrijving. De resterende som (1000€) wordt betaald in 3 maal: 350 € bij de aanvang van de lessen in oktober, 350 tegen 1 december en de resterende 300€ tegen 1 februari 2020.

Voorwaarden tot inschrijving

De opleiding kan door iedereen gevolgd worden die interesse heeft voor yoga en bewuster wil in het leven staan.

Een medisch attest dat je lichamelijk en geestelijk de opleiding kan volgen is nodig.

Voorkennis van yoga is niet absoluut noodzakelijk, serieuze interesse en verlangen naar persoonlijke groei wel. Indien geen ervaring met yoga word je uitgenodigd voor een kennismakingsgesprek.

Indien u yogalessen volgt graag een aanbevelingsbrief van uw leraar.

Adres van de opleiding: Kapellestraat, 34 8210 Loppem (nabij Brugge). (Vlakbij afrit E40 en E17 te Brugge)

Data voor de 6 week-ends van het eerste jaar

Moeten nog nader bepaald worden

Uurrooster van de weekends: Van zaterdag 9 uur tot 17.30 uur. Van zondag 9 uur tot 17uur

Zomerstage:

5 dagen residentieel

Data en plaats liggen nog niet vast.

Een diploma kan slechts afgeleverd worden indien:

- de lessen regelmatig bijgewoond worden. (bij overmacht dient na afspraak met de leraar de gemiste leerstof in privéles te worden bijgewerkt. Een stage kan niet in privéles worden bijgewerkt)
- een eindwerk (scriptie) afgeleverd wordt
- een eindexamen afgelegd wordt

Lesgevers:

Maria Clicteur: yogalerares en bachbloesem consulente;
Jens Keygnaert: yogaleraar, kinesist, ayurvedisch therapeut.

Inschrijving

- door het opsturen van een motivatiebrief waarin u vermeldt of u yoga doet, in welke school, met welke leraar en welke de motivatie is om een opleiding te volgen, eventueel vergezeld van een aanbevelingsbrief van uw leraar.
- Door opsturen van een medisch attest.
- door betaling van het voorschot van 250 euro op rekening BE75 3800 0848 5551 van VZW Yogaschool Brugge (IBAN: BE75 3800 0848 5551)

Opsturen: Naar: Maria Clicteur, Kapellestraat, 36 8210 Loppem, België

Contact:

Email: maria.clicteur@skynet.be

Website: <http://www.shraddhaa.be>