

THE INTERMEDIATE SERIES (2e series)

MANJU JOIS in Nederland

TEACHER TRAINING ASHTANGA YOGA

Vrijdag 19 juli tot en met zondag 21 juli 2013 in Domburg



Manju Jois, de enige zoon van Sri K. Pattabhi Jois (grondlegger en 'vader' van de hedendaagse Ashtanga yoga), komt in juli 2013 weer naar Nederland voor een 3-daagse Ashtanga Yoga Teacher Training.

Manju geeft al ruim 40 jaar les over de hele wereld. Hij doceert geheel volgens de traditie. In de training komt onder andere aan bod: led class, Sanskriet benamingen, adjustments, meditatieve chants, pranayama's en asana's.

❖ Diepgaande persoonlijke practice

Het is verbazingwekkend hoe de meeste deelnemers na een paar dagen in houdingen komen die daarvoor onmogelijk leken. Voor alle houdingen zijn differentiaties, zodat iedereen mee kan doen.

❖ The First en intermediate series (2e series)

Ook zal de volledige 1e series beoefend worden naast de 2^e series. Het is mogelijk om vragen over de series te stellen.

❖ Asana's en vinyasa's (2e series)

De traditionele juiste volgorde, Sanskriet benamingen en techniek van de asana's en vinyasa's worden aangeleerd.

❖ Adjustments 2^e series

Je leert de Hands-on Adjustments (correcties/ veranderingen) toepassen voor de gevorderde yogi.

❖ Chanting en pranayama's

Je ontvangt een prachtig manual, tijdens de training wordt hier gebruik van gemaakt. Na voltooiing van de cursus ontvangt de cursist een certificaat (21 uur). De teacher training is toegankelijk voor iedereen die Ashtanga yoga lessen doceert of wilt gaan doceren.



Datum: 19 t/m 21 juli 2013 van 9.00 - 17.00 uur

Lokatie: Sport- en Ontmoetingscentrum Schuttershof,
Kanonweistraat 30
Domburg

Bijdrage: €400,- voor 3 dagen (21 lessen)
Het aantal plaatsen is beperkt

Inschrijven: awg@zeelandnet.nl

Verder informatie: www.yogapassie.nl of 06-81664463