

THE INTERMEDIATE SERIES (2e series)

MANJU JOIS in Nederland

TEACHER TRAINING ASHTANGA YOGA

maandag 25 juli tot en met vrijdag 29 juli 2011 in Domburg

Manju Jois, de enige zoon van Sri K. Pattabhi Jois (grondlegger en 'vader' van de hedendaagse Ashtanga yoga), komt in juli 2011 weer naar Nederland voor een 5-daagse Ashtanga Yoga Teacher Training.

Manju geeft al ruim 40 jaar les over de gehele wereld. Hij doceert geheel volgens de traditie. In de cursus komt onder andere aan bod: lead 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.

❖ Full first series

Iedere dag zal de volledige 1e series beoefend worden. Ook is het mogelijk om vragen over de First series te stellen.

❖ The intermediate series (2e series)

De asanas worden besproken, aangeleerd, je leert de Sanskriet benaming en de adjustments toe passen.

❖ Adjustments 2^e serie

Hands-on adjustments (correcties/ veranderingen) toepassen voor de gevorderde yogi

❖ Chanting en pranayama's



Datum:	Maandag 25 t/m vrijdag 29 juli 2011.
Lokatie:	Sport- en Ontmoetingscentrum Schuttershof, Kanonweistraat 30, Domburg
Bijdrage:	€590,- voor 5 dagen (van 12.00 tot 18.00 uur) Het aantal plaatsen is beperkt
Inschrijven:	awg@zeelandnet.nl
Informatie:	www.yogapassie.nl of 06-81664463 Na het doorlopen van de de training (30 uur) ontvangt de cursist een certificaat

