

SanaYou YOGAcademy: keuze in yogastijlen en studietempo



Welke yogastijlen staan centraal in de opleidingen van de SanaYou YOGAcademy?

Met onze erkende opleidingen word je all-round yogadocent. We bieden maar liefst 3 verschillende erkende 200-uurs yogaopleidingen aan:

- **RYT200 Yin & Yang:** allround opleiding in de stijlen Yin, Vinyasa Flow & Hatha Yoga
- **RYT200 Yin Yoga:** volledige en verdiepende Yin Yoga opleiding
- **RYT200 Flow & Alignment:** gericht op groot aantal Yang Yoga stijlen: Vinyasa, Hatha, Critical Alignment, Restorative Alignment, Ashtanga Yoga en Yoga Nidra

Wat maakt de opleidingen uniek?

Het feit dat je de opleiding helemaal zelf samenstelt, in de yogastijl(en) die bij jou past! Daarnaast worden alle klassikale lesdagen ondersteund met videolessen, zodat je de lesstof die gedurende de lesdagen voorbij is gekomen altijd nog een keer terug kunt kijken als je dat fijn vindt. Samen met veel bonusmateriaal om jou als deelnemer te inspireren en te begeleiden.

Wat is belangrijk in jullie opleidingen?

Persoonlijke groei, begeleiding en ontwikkeling. Van jouzelf en van je (toekomstige) studenten. In al onze opleidingen besteden we aandacht

aan yogafilosofie, anatomie/pathologie, juiste (veilige) fysieke uitlijning in asana, individuele opties, pranayama en meditatie. Speciale aandacht gaat uit naar het geven van zorgvuldige assists en het (multi-level) leren lesgeven in yoga.

Zijn de opleidingen voor iedereen toegankelijk?

Jazeker. Natuurlijk is je eigen beoefening belangrijk en stimuleren we deze. Maar of je nou al jaren yoga doet, voor je gevoel nog een beginner bent of de opleiding doet voor je eigen verdieping; we bieden maatwerk dat bij jou past.

Kan ik op elk moment beginnen?

Het hele jaar door starten de modules van onze opleidingen, het duurt dus nooit lang voordat je met de module van jouw keuze kunt starten. Een opleiding van 200 uur bestaat meestal uit 2 basismodules en daarnaast keuzemodules. Meerdere modules tegelijk volgen kan ook, zo bepaal je zelf het tempo van je opleiding.

Praktische informatie

SanaYou YOGAcademy
www.sanayou.com
academy@sanayou.com

Opleidingslocatie Zwolle



Volgende Startdata:

- **RYT200 Yin & Yang:** 9 & 16 september 2022 | 6 & 13 januari 2023
- **RYT200 Yin Yoga:** 9 september 2022 | 6 januari 2023
- **RYT200 Flow & Alignment:** 16 september 2022 | 13 januari 2023

Verdiepingsmodules:

- **Yoga Nidra (40 uur):** e-learning + klassikaal op 20 + 21 mei of 2 + 3 december 2022
- **Yin & De Wondere Wereld van Fascia (30 uur):** e-learning + klassikaal op 10 juni 2022
- **Critical Alignment Yoga (40 uur):** e-learning + klassikaal op 24 en 25 juni 2022
- **Restorative Alignment Yoga (32 uur):** klassikaal 1 /m 9 juli 2022
- **Assisted Yin & de 5 elementenleer (50 uur):** klassikaal 23 sept t/m 19 nov 2022
- **The Origin of Vinyasa; Ashtanga Yoga (50 uur):** klassikaal 30 sept t/m 26 nov 2022

MEER INFORMATIE: WWW.SANAYOU.COM