

SanaYou YOGAcademy: keuze in yogastijlen en studietempo



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

We bieden maar liefst 3 volledige erkende 200-uurs Teacher Trainingen 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 en Ashtanga Yoga

Daarnaast is er een ruim aanbod om te verder te verdiepen of specialiseren.

Wat maakt de opleidingen uniek?

Je stelt bij ons de yogaopleiding helemaal zelf samen, in de yogastijl(en) die bij jou past.

Ook bepaal jij je eigen tempo. Je kunt lesmodules tegelijk volgen, aaneengesloten óf met pauze(s) ertussen.

De klassikale lesdagen worden ondersteund met videolessen, zodat je de lesstof altijd nog een keer terug kunt kijken. Daarnaast kun je er ook voor kiezen om bepaalde lesmodules volledig online te volgen via onze geaccrediteerde E-learningtrajecten.

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 op basis van jouw constitutie, individuele opties, pranayama en meditatie. Speciale aandacht gaat uit naar het geven van zorgvuldige assists en het 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?

De klassikale opleidingen starten tweemaal per jaar, in september en januari.

Klassikale bij- en nascholingen starten 1 tot 2 maal per jaar. Een aantal bij- en nascholingen worden aangeboden als Blended Learning (combinatie online & klassikaal). Daar kun je mee starten wanneer je wilt. In onze Online Yogacademy

kun je op ieder gewenst moment beginnen met een E-learning traject van jouw keuze.

Praktische informatie

SanaYou YOGAcademy
www.sanayou.com
academy@sanayou.com
 Opleidingslocatie: Zwolle

Volgende Startdata:

- **RYT200 Yin & Yang:** 8 & 15 september 2023 | 5 & 12 januari 2024
- **RYT200 Yin Yoga:** 8 september 2023 | 5 januari 2024
- **RYT200 Flow & Alignment:** 15 september 2023 | 12 januari 2024

Startdata bij- en nacholingen:

- **Advanced Yin & Yang Flows** (25 uur): blended learning 14 april 2023
- **Ashtanga Yoga** (50 uur): blended learning 15 april 2023
- **Yin & Acupressuur** (16 uur): klassikaal 21 april 2023
- **Yin & Craniosacraal** (16 uur): klassikaal 12 mei 2023
- **Yoga Nidra** (40 uur): blended learning 19 mei of 13 okt 2023
- **Yin & De Wondere Wereld van Fascia** (30 uur): blended learning 9 juni 2023
- **Critical Alignment Yoga** (50 uur): blended learning 23 juni 2023
- **Assisted Yin & de 5 elementenleer** (75 uur): klassikaal 22 sept 2023
- **Yin & Shiatsu** (24 uur): klassikaal 9 dec 2023

MEER INFORMATIE: WWW.SANAYOU.COM