



Bezoek:
DASRA Center
Antoniushof 33
3417 JL MONTFOORT

Correspondentie:
Tonnie Goes
Verlengde Hoogstraat 22
3417 EK MONTFOORT

Contact:
T: 06 5511 3660
E: t.goes@poweryoga.nl
W: www.poweryoga.nl

INFORMATIEBROCHURE

- Workshop Nieuwe Power Yoga Inspiratie voor docenten -

In deze brochure vindt u informatie omtrent de workshop Power Yoga Inspiratie voor Power Yoga docenten, gegeven door Tonnie Goes of een gastdocent. De reeds opgeleide Power Yoga docenten kunnen zich via deze workshops blijven ontwikkelen.

Uw docent: Tonnie Goes

Na vele jaren actief te zijn geweest in Jazz-dans, besepte ik dat ik op een andere manier wilde bewegen. Een manier waarbij de persoonlijke verdieping centraal staat.

Daarom begon ik in 1993 de opleiding Hatha Yoga in Nederland. Tijdens de vele jaren van studie, verdiepte ik mij tevens in de Chakrapsychologie. In maart 2000 rondde ik de studie Ashtanga (Power) Yoga af bij de Amerikaan David Swenson (deze man is jarenlang in de leer geweest bij Pattabhi Jois, de grondlegger van Ashtanga Yoga). Bovendien heb ik bijscholing gehad in Colorado en daar heb ik met vele bekende Yoga docenten samengewerkt, zoals Richard Freeman, John Friends, Rodney Yee, Dona Holleman en Angela Farmer. In 2002 heb ik de opleiding in Ayurvedische massage afgerond. Vanaf 2002 volgde ik met regelmaat teacherstrainingen, onder andere bij: John Scott, Darby, Doug Swenson en Shiva Rea. Tevens heb ik in 2006 mijn diploma van de opleiding Yoga Therapie behaald en heb ik de 4-jarige opleiding Meditatie & Hypnotherapie met positief resultaat afgerond.

Mijn werk bestaat uit lesgeven in verschillende vormen van Yoga en het opleiden van (aankomende) docenten. Ik werk voornamelijk in het Dasra Center, maar als freelancer ben ik op verschillende locaties in Nederland te vinden, waaronder bij Nike revalidatiecentrum 'De Hoogstraat'. Als Personal Yoga Therapeut kom ik bij de mensen thuis en daarnaast verzorg ik workshops in binnen- en buitenland.

Wat is Power Yoga?

Power Yoga is een krachtige en dynamische vorm van Yoga, afgeleid uit de Ashtanga Yoga. Bij Ashtanga Yoga ligt de routine vast, maar bij Power Yoga wordt er een mix gemaakt van de houdingen. Als een golf in de zee volgen de houdingen elkaar op, samengaand met de specifieke Ujjayi adem.

Wat zijn de doelen van deze workshop?

- bijscholen van Power Yoga skills;
- opdoen van nieuwe inspiratie;
- werken aan eigen vaardigheden.

Voor wie is deze opleiding bedoeld?

De opleiding is bedoeld voor Power Yoga docenten die zichzelf willen blijven ontwikkelen.



Bezoek:
DASRA Center
Antoniushof 33
3417 JL MONTFOORT

Correspondentie:
Tonnie Goes
Verlengde Hoogstraat 22
3417 EK MONTFOORT

Contact:
T: 06 5511 3660
E: t.goes@poweryoga.nl
W: www.poweryoga.nl

Hoe ziet de workshop eruit?

De workshop duurt twee uur. De les worden uitsluitend in het Nederlands aan kleine groepen (ca. 10 personen) gegeven. De workshop bestaat uit het volgen van een Power Yoga les en de mogelijkheid om vragen te stellen over de gegeven les.

Wanneer kan ik de workshop volgen?

De lesdata staan vermeld op www.poweryoga.nl. (Kijk onder 'Opleidingen')

Waar worden de lessen gegeven?

De lessen worden gegeven het Yogacentrum van Tonnie Goes. Het adres is:
DASRA Center - Antoniushof 33 - 3417 JL MONTFOORT

Wat zijn de kosten?

De workshop kost € 50,00 (excl. 19% BTW). Voor Power Yoga docenten die zijn opgeleid bij het DASRA Center kost de workshop € 40,00 (excl. 19% BTW) Dit bedrag is inclusief het nuttigen van koffie/thee tijdens de les.

Wat is het resultaat?

Meerdere malen per jaar wordt er voor docenten een 'Power Yoga Inspiratie Dag' georganiseerd om aan de eigen vaardigheid en inspiratie te kunnen werken.

Interesse in de workshop?

Na het aanmaken van een account op www.poweryoga.nl, is het mogelijk om in te schrijven voor de workshop.

Krijg ik een bevestiging?

Na inschrijving zal een bevestiging van ontvangst per e-mail worden verstuurd.

Waar vind ik de algemene voorwaarden?

De algemene voorwaarden staan op de website (Kijk onder 'Opleidingen').