



**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

### - Opleiding Kunst van het Begeleiden voor docenten -

In deze brochure vindt u informatie omtrent de opleiding Kunst van het Begeleiden voor docenten, gegeven door Tonnie Goes of een gastdocent. Heeft u geen ervaring in lesgeven, maar bent u wel geïnteresseerd in deze opleiding, dan kunt u eerst de voor- en basisopleiding volgen. Kijk voor meer informatie op [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl).

#### 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 Chakrapsiychologie. 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 de Kunst van het Begeleiden?

De naam zegt het eigenlijk al: begeleiden is een kunst. Tonnie deelt haar kennis en ervaring, zodat u leert afstemmen en aanvoelen hoe een student verantwoord begeleid kan worden. Na het volgen van de opleiding zult u beter in staat zijn studenten te begeleiden en dit geeft zowel voor de docent als de student een meerwaarde.

#### Wat zijn de doelen van deze opleiding?

- leren persoonlijk te begeleiden van studenten;
- het stabiliseren van de eigen houding;
- het herhalen van de aangeleerde begeleiding;
- het leren afstemmen op en aanvoelen van de student;
- werken aan eigen vaardigheden.

#### Voor wie is deze opleiding bedoeld?

Deze opleiding is bedoeld voor Yoga docenten. Iedere vorm van Yoga is toegestaan, mits u in het bezit bent van een diploma of werkervaring hebt in lesgeven.



**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 zien de lesdagen eruit?

De opleiding bestaat uit 4 lesdagen van totaal 33 uur. De lessen worden uitsluitend in het Nederlands aan kleine groepen (ca. 10 personen) gegeven en zijn praktijkgericht. Tijdens de lessen wordt gewerkt aan de stabiliteit van de eigen houding en aan de ontwikkeling van de persoonlijke begeleiding. Door middel van het cursusmateriaal en persoonlijke uitleg wordt 'De Kunst van het Begeleiden' geleerd. Daarnaast is er sprake van zelfstudie met betrekking tot alle onderwerpen die tijdens de lessen behandeld zijn. Het aantal uren dat u hier aan kwijt bent, hangt geheel af van uw vaardigheden.

#### Wanneer kan ik beginnen?

De lesdata staan vermeld op [www.poweryoga.nl](http://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 opleiding kost € 495,00 (excl. 19% BTW). Dit bedrag is inclusief cursusmateriaal, het gebruik van een sticky mat en het nuttigen van koffie/thee tijdens de les. Betaling in termijnen is mogelijk (zie algemene voorwaarden).

#### Wat is het resultaat?

De beoordeling wordt gegeven aan de hand van huiswerkopdrachten en een afronding in de vorm van een yogales, waarin het geleerde wordt getoond. Na een positieve beoordeling en bij een volledige deelname wordt er een certificaat uitgereikt.

#### Interesse in de opleiding?

Na het aanmaken van een account op [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl), is het mogelijk om in te schrijven voor de opleiding.

#### 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').