



DASRA Center  
[www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl)

Bezoek:

DASRA Center  
Antoniusshof 33  
3417 JL MONTFOORT

Correspondentie:

Tonnie Goes  
Verlengde Hoogstraat 22  
3417 EK MONTFOORT

Contact:

Tel.nr.: 0348 47 03 48  
Mob.nr.: 06 5511 3660  
Email: [t.goes@poweryoga.nl](mailto:t.goes@poweryoga.nl)

## **INFORMATIEBROCHURE**

### **- Opleiding Personal Yoga Training voor Yoga docenten -**

In deze brochure vindt u alle informatie omtrent de opleiding Personal Yoga Training voor Yoga docenten, gegeven door Tonnie Goes of een gastdocent(e). Deze opleiding is alleen te volgen door gediplomeerde Yoga docenten. Bent u geen Yoga docent, maar bent u wel geïnteresseerd in de opleiding, dan kunt u de basisopleiding volgen. Na het volgen van de basisopleiding is het mogelijk om door te stromen naar deze opleiding. De informatiebrochure van de basisopleiding staat op de site [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl).

#### Uw docent: Tonnie Goes

Na vele jaren actief te zijn geweest in Jazz-dans, besefte ik dat ik op een andere manier wilde gaan 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 Chakra-psychologie. 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 de verschillende vormen van Yoga, het geven van personal yoga trainingen, het geven van psychosociale begeleiding in de vorm van hypnotherapie, yogatherapie, ontspannings- en ademhalings therapie, 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 en het revalidatiecentrum 'De Hoogstraat'. Als Personal Yoga Trainer kom ik bij de mensen thuis en daarnaast verzorg ik workshops in binnen- en buitenland.

#### Wat is Personal Yoga Training?

**Personal**, omdat er persoonlijk contact is tussen cliënt en trainer. Men kiest voor een Personal Yoga Trainer om meer balans tussen lichaam en geest te bereiken. De Personal Yoga Trainer verzorgt een behandelingsschema die geheel is gebaseerd op de wensen en beperkingen van de cliënt. Niet alleen Yoga, maar ook voeding behoren tot de mogelijkheden om het schema op te stellen. Door het persoonlijke contact is er meer verdieping mogelijk dan bij groepslessen.

**Yoga**, omdat de basis van het behandelingsschema zal bestaan uit het beoefenen van Yoga.

Daar waar lichaam en geest in het westen als afzonderlijk beschouwd worden, ervaart de oosterse filosofie deze als een eenheid, verbonden door de adem. Bij iedere vorm van Yoga wordt gestreefd naar een evenwicht tussen lichaam en geest, waarbij de adem centraal staat.

**Training**, omdat een Personal Yoga Trainer in staat is om de cliënt te trainen en te begeleiden. Een Personal Yoga Trainer heeft kennis over verschillende vormen van Yoga en weet deze correct toe te passen. Tevens heeft hij/zij verstand van de menselijke anatomie, zodat beperkende blessures geen probleem vormen tijdens het trainen.

#### 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.

### Wat zijn de doelen van deze opleiding?

- leren wat Personal Yoga Training inhoudt;
- leren wat Power Yoga, Hatha Yoga, Easy Flow Yoga en Yoga meditatie inhoudt;
- bestuderen van de menselijke anatomie;
- leren observeren en begeleiden van cliënten;
- leren de leefstijl van de cliënt in balans te brengen;
- leren de juiste vorm van Yoga in de leefstijl van de cliënt toe te passen;
- werken aan eigen vaardigheden.

### Hoe zien de lesdagen eruit?

De opleiding bestaat uit 10 lesdagen van ca. 6 uur. Er wordt uitsluitend in het Nederlands aan kleine groepen (ca. 10 personen) lesgegeven. Tijdens de lessen wordt gewerkt aan het ontwikkelen van eigen vaardigheden en door middel van het cursusmateriaal en persoonlijke uitleg wordt de inhoud van Personal Yoga Training 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.

Bij het volgen van een intensieve opleiding zal de afronding, in overleg, op een nader te bepalen datum plaatsvinden.

### Wanneer kan ik beginnen?

De lesdata staan vermeld op [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl) (Kijk onder 'Opleiding Docenten')

### Waar worden de lessen gegeven?

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

### Wat zijn de kosten?

De opleiding kost € 1599,00 (excl. 19% BTW). Dit bedrag is inclusief het cursusmateriaal, het gebruik van een sticky mat en het nuttigen van koffie/thee tijdens de les. Dit bedrag is exclusief de benodigde boeken 'Anatomie en Blessures' van Ted Willemsen, 'Holistische psychotherapie' van Klaas-Jan van Velzen en 'De natuurlijke gezondheidswijzer' van Henny de Lint. Deze boeken zijn te bestellen via [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl), kijk onder 'Yoga Artikelen'.

Betaling in termijnen is mogelijk (zie algemene voorwaarden op laatste pagina).

### Wat is het resultaat?

Er moeten huiswerkopdrachten en lesopdrachten gemaakt worden en tijdens bepaalde lessen zullen er anatomietoetsen worden afgenomen. De opleiding wordt afgesloten met: een scriptie, een mondeling examen en een praktijkexamen.

Na een positieve beoordeling van alle bovenstaande punten en bij een volledige deelname wordt er een certificaat uitgereikt. Tevens zal de naam van de deelne(e)m(st)er gedurende één jaar vermeld worden op de website [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl).

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

### Interesse in de opleiding?

\* Download het inschrijfformulier op [www.poweryoga.nl](http://www.poweryoga.nl) (Kijk onder 'Opleiding Docenten')

\* Of vraag het inschrijfformulier telefonisch aan.

### Wanneer is mijn inschrijving definitief?

Vul het inschrijfformulier in en stuur deze samen met een kopie van uw diploma/certificaat van lesbevoegdheid op naar: DASRA Center, Tonnie Goes - T.a.v. Inschrijving Opleidingen - Verlengde Hoogstraat 22 - 3417 EK MONTFOORT. U ontvangt de factuur zo snel mogelijk thuis. De inschrijving is definitief, zodra het inschrijfformulier met handtekening door ons is ontvangen. Het bedrag dient uiterlijk één week voor aanvang van de opleiding in ons bezit te zijn, om deelname te garanderen.

### Krijg ik een bevestiging?

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

## **ALGEMENE LEVERINGSVOORWAARDEN**

Voor opleidingen, workshops en lessen van Dasra Center Montfoort.

### Artikel 1 De overeenkomst

- 1.1) De overeenkomst komt tot stand door het toezenden van het daartoe bestemde inschrijfformulier voorzien van handtekening of door gezonden bevestiging na ontvangst van diens mondelinge aanmelding/aanmelding per telefoon, fax of e-mail aan Dasra Center.
- 1.2) Inschrijving geschiedt bij volgorde van binnenkomende inschrijvingen.
- 1.3) Deelneming is alleen mogelijk indien uw gezondheid geen belemmering vormt.

### Artikel 2 Betaling

- 2.1) De cursist dient het verschuldigde cursusgeld te voldoen 1 week voor aanvang van de opleiding.
- 2.2) De cursist heeft de mogelijkheid om in 4 vaste termijnen het cursusgeld te betalen, indien dit schriftelijk is overeengekomen met het Dasra Center. Bij betaling in termijnen wordt er 6% van totaalbedrag in rekening gebracht.
- 2.3) De reisgelden in verband met deelname aan een cursus, zijn bij het cursusgeld niet inbegrepen.
- 2.4) Bij niet of niet-tijdige betaling zullen er € 10,00 administratiekosten in rekening worden gebracht.
- 2.5) De cursist is over het cursusgeld het wettelijke verplichte percentage BTW verschuldigd.

### Artikel 3 Uitsluiting

Dasra Center heeft het recht deelname van de aangemelde cursist aan een cursus te weigeren, indien de cursist niet tijdig aan zijn betalingsverplichtingen heeft voldaan.

### Artikel 4 Annulering door cursist

- 4.1) De cursist heeft het recht deelname aan, of de opdracht voor een cursus te annuleren doch alleen per ingezonden brief.
- 4.2) Bij annulering max. 1 week voor aanvang van de cursus wordt 25% van het cursusgeld in rekening gebracht. Dit bedrag kan worden verrekend bij een nieuwe inschrijving binnen 1 jaar.
- 4.3) Bij annulering binnen 1 week voor aanvang van de cursus wordt 50% van het cursusgeld in rekening gebracht. Dit bedrag kan niet worden verrekend bij een nieuwe inschrijving.
- 4.4) Bij annulering 24 uur voor aanvang of bij annulering van een reeds gestarte cursus wordt het volledige cursusgeld in rekening gebracht. Dit bedrag kan niet worden verrekend bij een nieuwe inschrijving.

### Artikel 5 Annulering door Dasra Center

- 5.1) Dasra Center heeft het recht zonder opgave van redenen cursusdata en cursustijden te wijzigen.
- 5.2) Dasra Center heeft het recht zonder opgave van redenen de cursus te annuleren of deelname van de cursist te weigeren, in welke gevallen de cursist recht heeft op terugbetaling van het volledige bedrag dat aan Dasra Center in het kader van deze opdracht is overgemaakt.

### Artikel 6 Wijzigingen

- 6.1) Dasra Center behoudt zich de vrijheid de Algemene Leveringsvoorwaarden, de cursusgelden, cursustijden en cursusdata te allen tijde te wijzigen.

### Artikel 7 Incassokosten

Dasra Center heeft het recht om op de cursist de invorderingskosten en incassokosten te verhalen.

### Artikel 8 Aansprakelijkheid

- 8.1) Dasra Center verplicht zich de gegeven opdracht naar inzicht en vermogen uit te voeren.
- 8.2) Dasra Center, haar management of docenten zijn niet aansprakelijk voor enige schade - hoe ook genaamd, ongeacht de oorzaak - die de deelnemer mocht lijden door of tijdens deelname aan de cursus of uitvoering van de opdracht, behoudens opzet of grove schuld van de zijde van Dasra Center.

### Artikel 9 Toepasselijkheid en geschillen

- 9.1) Deze voorwaarden zijn van toepassing op alle overeenkomsten met Dasra Center betreffende deelname of opdracht tot het houden van cursussen, trainingen, lessen en andere vormen van opleiding, dan wel advisering in de ruimste zin des woords.
- 9.2) Afwijkingen van deze overeenkomst zijn slechts bindend indien zij schriftelijk zijn bevestigd door Dasra Center.
- 9.3) Geschillen voortvloeiend uit de overeenkomsten waarop deze Algemene Leveringsvoorwaarden van toepassing zijn, zullen worden onderworpen aan de bevoegde rechter in de plaats of omgeving van de vestiging van Dasra Center behoudens hogere voorziening.