



Carryoga® docententraining

Kijk voor actuele data,
tijdstippen en locaties op:
www.pureyoga.nl



pureyoga

Bij Carryoga® worden twee oude tradities samengebracht: het dragen van het kind in een draagdoek voor het hart en Hatha Yoga. Met deze nieuwe vorm van yoga-beoefening wordt letterlijk invulling gegeven aan één van de betekenissen van het woord 'Yoga' in het Sanskriet: verbinding.

Verbinding tussen ouder en kind en verbinding met een nieuwe lichamelijke balans. Carryoga® biedt precies dat: door veilig Hatha Yoga houdingen uit te voeren. Met het kind dicht op het hart gedragen. Carryoga® is voor moeders met hun jonge kind een natuurlijke manier om opnieuw lichamelijk in balans te komen. Maar ook voor vaders en partners die Yoga met hun kind willen doen.

Carryoga® is ontwikkeld door Kay Poelen, in samenwerking met yogadocente Vera Uit de Weerd. Het merk Carryoga® en de vorm van Yoga beoefenen zijn geregistreerd door ByKay®.

Ben je yogadocent en wil je Carryoga® geven?

Pureyoga biedt hiervoor een docententraining aan in een samenwerking tussen Kay Poelen en Rineke Vierhoven. Om zelf lessen Carryoga® aan te mogen bieden is een licentie vereist. Het met succes doorlopen van de docententraining is één van de stappen om de licentie te kunnen verkrijgen. Lees meer hierover op de volgende pagina onder "Inschrijven".

De docententraining

Tijdens de docententraining wordt je als yogadocent getraind in het verzorgen van lessen Carryoga® zoals het bedoeld is: een veilige manier om ouders te begeleiden bij het beoefenen van Yoga met hun kind voor hun buik. Balans, evenwicht en verbinding zijn daarbij sleutelwoorden.

Een aantal Hatha Yoga 'klassiekers' komen aan de orde, die geschikt zijn voor ouders met hun kind in een draagdoek voor hun hart. Met Hatha Yoga gaat ontspannen samen met het versterken van de spieren. Dit kan een betere houding opleveren, en daarmee een goede balans. Door Yoga met het kind te doen, wordt de balans samen bereikt.



Opzet docententraining

Inschrijving

Tijdens de ééndaagse training leer je zelf Carryoga® lessen te verzorgen. Je krijgt kennis en vaardigheden aangereikt om de extra kwetsbare doelgroep te kunnen begeleiden en assisteren. Je ontvangt instructie over het gebruik van de ByKay® draagdoek: hoe je de doek omdoet bijvoorbeeld. Voor verschillende leeftijden doe je dat op een andere manier. Zodat een kind van elke leeftijd veilig gedragen wordt.

Tijdens de zwangerschap verandert het lichaam. Een kind voldragen en baren vereist enorme fysieke en mentale inspanningen. Vooral de laatste maanden van de zwangerschap groeit het kind veel en past het lichaam van de moeder zich aan. Daarom komen bij de docententraining theoretische achtergronden van bijvoorbeeld anatomie en fysiologie van de vrouw na de zwangerschap aan de orde. Je krijgt tips aangereikt om specifieke signalen en behoeftes van deelnemers te leren herkennen.

Je ervaart de Carryoga® Asana's met de draagdoek door deze zelf te beoefenen. Indien mogelijk zijn tijdens de training ouders met hun kind aanwezig om praktijkervaring op te doen. Zelf oefen je met een levensechte pop. Hiermee merk je zelf direct dat het gewicht voor je hart om aangepaste oefeningen vraagt, en voorzichtig dient te worden bewogen.

Rineke Vierhoven

Rineke heeft zelf haar dochter in een draagdoek gedragen. Zij combineert een langjarige achtergrond en ervaring in de medische zorg met het verzorgen van yogalessen, yogaworkshops en yogadocentenopleidingen. Zij heeft zowel het diploma voor de vierjarige 'opleiding tot yogadocent' als de 'opleiding zwangerschapsyogadocent' aan de Yoga Academie Nederland. Rineke is lid van de Vereniging Yogadocenten Nederland en volgt geregeld door deze vereniging erkende bijscholingen.

Kay Poelen

Als gepassioneerde moeder van 4 kinderen houdt zij zich op haar eigen eigenwijze wijze met natuurlijk ouderschap bezig. Kay ontdekte de voordelen van de draagdoek: huidcontact, geborgenheid, een praktische manier van dragen en het kind altijd dichtbij. Ze ontwikkelde een nieuw concept van deze eeuwenoude manier van dragen: een comfortabele en trendy draagdoek, perfect van model én kwaliteit. Deze andere manier van denken over de draagdoek vormden de basis voor de combinatie met Yoga: Carryoga®.

De prijs van de docententraining in combinatie met een licentie Carryoga® is € 300,- exclusief btw (€ 363,- inclusief 21% btw).

Vermeld in een e-mailbericht dat je je inschrijft, de titel van de docententraining met de gewenste locatie en datum, je eigen naam, adres en je contactgegevens. Stuur deze mail vervolgens naar pureyoga@xs4all.nl.

Het minimum aantal deelnemers per training is vijf, het maximum is afhankelijk van de capaciteit van de betreffende locatie.

Check de website voor de diverse locaties, data en tijdstippen www.pureyoga.nl

Bij deelname aan de docententraining Carryoga® bij Pureyoga ontvang je een speciaal hiervoor ontwikkelde syllabus. Bij afsluiting ontvang je een certificaat van Pureyoga. Natuurlijk zorgt Pureyoga voor iets lekkers, en een dampend kopje thee.

Na inschrijving ontvang je van Pureyoga een factuur van €150,- exclusief btw (€181,50 inclusief 21% btw).

Op activiteiten van Pureyoga zijn inschrijvings- en betalingsvoorwaarden van toepassing. Deze kun je opvragen via bovenstaand e-mailadres, of downloaden via www.pureyoga.nl.



© pureyoga 2012



Rineke is lid van de Vereniging Yogadocenten Nederland



ByKay® verstrekt de licentie Carryoga®: een licentie geeft je het recht om gedurende een jaar de merknaam Carryoga® te gebruiken en de lessen te geven. Bij de licentie is inbegrepen: E-book 'Carryoga®', DVD, en het Instructieboek voor het omdoen van de ByKay®-draagdoek.

Na inschrijving ontvang je van ByKay® een factuur van €150,- exclusief btw (€181,50 inclusief 21% btw).

Kijk voor meer informatie en achtergronden op www.carryoga.com en www.bykay.com.