



YogaRoots

Yogalessen & Erkend Opleidingscentrum



Een overzicht van de opleiding tot professioneel en VYN-erkend yogadocent in Zuid-Limburg

Yoga Roots Parkstad

Yoga is een proces. Binnen de yoga leer je contact te maken met alles in en om je heen: via je zintuigen, je gevoel en je adem.

De kernbegrippen van opleiding tot Integraal Yogadocent bij Yoga Roots Parkstad:

- Boeddhisme
- Integraal karakter
- Patanjali
- Eigenheid
- Beroep

De doelstelling is om yogadocenten op te leiden die vaardig zijn in het lesgeven in Hatha yoga in een brede integrale vorm en een specialisatie waarin ze de vaardigheid hebben ontwikkeld om meditatie te geven. De visie van Yoga Roots is het bewaren van de student zijn/haar eigenheid in diens groei tot Integraal Yogadocent. Het unieke van de persoon zorgt uiteindelijk ook ervoor dat iedere docent zich thuis voelt in zijn/haar uitoefening van het beroep yogadocent.

Boeddhisme en Patanjali

De gehele opleiding zal doorweven zijn met de Boeddhistische filosofie en het gedachtegoed van Patanjali. Tijdens de opleiding zullen zowel verschillen als overeenkomsten besproken worden. Uiteindelijk zien we dat er meer overeenkomsten dan verschillen zijn. De boeddhistische filosofie en de filosofie van Patanjali vullen elkaar hier ook zeer goed aan. De leerling krijgt hierdoor een brede spirituele en filosofische achtergrond.

Degelijk

Het betreft een degelijke, professionele Opleiding tot Integraal Yogadocent die ruim aan de eisen van Europese Yoga Unie voldoet en aan de eisen van de Vereniging Yogadocenten Nederland. Een team van ervaren en vaardige docenten in hun vakgebieden staan hier garant voor. De opleiding bestaat uit 2 lagen: een Basisopleiding tot Integraal Yogadocent (200 uur) en Vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent (+300 uur)

Grondig

Yoga met een onderzoekend en verkennend karakter, waardoor diepgaand inzicht in de situatie en mogelijkheden van het fysieke lichaam, het energetische-lichaam, het cognitieve lichaam, het wijsheidslichaam en het gelukzalige lichaam (De 5 Kosha's) ontstaat. De nadruk zal liggen op aandacht, uitlijnen, Flow, de wisselwerking tussen inspanning en ontspanning en attitude. Hierin zal de middenweg van het boeddhisme een duidelijke rol spelen evenals de sutra's van Patanjali. Uiteindelijke leidraad is de middenweg, zowel in āsana alsook in alle andere aspecten van de yogaopleiding.



Inhoud

Een overzicht van de opleiding tot professioneel en.....	1
VYN-erkend yogadocent in Zuid-Limburg.....	1
Doel en methode.....	6
Realiseren van een erkende opleiding.....	7
Bestuurlijke Organisatie.....	7
Modules en vakken.....	8
Gastdocenten.....	16
Extra informatie inhoud curriculum.....	16
Effectieve contacturen en studiebelasting.....	17
De urenverdeling.....	17
Yoga tweedaagse.....	17
Studiebelasting.....	18
Begeleiding en evaluatie.....	18
Portfolio.....	19
Individuele gesprekken.....	19
Toetsing en eindscriptie.....	19
De scriptie eisen.....	19
Eindwerkstuk specialisatie (scriptie Meditatie).....	19
Examenbegeleiding en herkansing.....	20
Toetsingen per module.....	20
Scriptie/eindwerkstuk.....	20
Praktijkexamen.....	20
Toelatingseisen.....	20
Instromen en vrijstellingen.....	21
Eindtermen opleiding en erkenning.....	21
Kosten.....	21
Open dagen.....	22
Boekenlijst.....	22
Yoga.....	22
Literatuursuggesties.....	22

Klachtenregeling	23
Algemene voorwaarden	24
Beroepsperspectief/-mogelijkheden	30
Locatie.....	31
Supplement.....	31
Vrijstellingen.....	31



Doel en methode

Het doel van de opleiding tot Integraal Yogadocent bij Yoga Roots Parkstad is het realiseren van een aandachtige en evenwichtige yogavorm, welke de doelstelling van Patanjali nastreeft:

“Yoga is het wervelen stilleggen van de geest” alsook het realiseren van de middenweg van de Boeddha. Ze zijn beide gericht op het beëindigen van het lijden (Dukkha). Inzicht in de oorzaken en het opheffen van Dukkha wordt hier nagestreefd. We streven de erkenning na van de Vereniging Yogadocenten Nederland en de Europese Yoga Unie. Door middel van goede begeleiding/coaching tijdens de Sadhana (leerweg). We streven niet alleen maar naar kennis, maar ook realisatie van deze kennis. Dit is het belangrijkste streven van Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad.

De Middelen

Wij bewandelen het pad van de Hatha yoga, waarbij we zowel pittige, alsook zachte vormen zullen toepassen. Hier is het uitgangspunt de relatie lichaam-geest en het onderzoek naar hoe we met onze ervaringen, grenzen, mogelijkheden en beperkingen omgaan, van belang. De Hatha yoga heeft een integraal karakter. Het is dus een combinatie van verschillende yogatradities. Binnen de yoga behoren uiteraard ook de andere aspecten zoals: Pranayama, Bandha's en Kriya's.

Het tweede middel is meditatie. Met meditatie bereiken we verstilling en kunnen we onze ervaringen laten bezinken, om zo de verworven inzichten een nog beter fundament te geven. De meditatievormen zijn allen uit het Boeddhisme afkomstig. Dit wordt in het laatste jaar uitgewerkt tot een specialisatie. Hiervoor is zelfs een apart lesboek samengesteld.

Met het onderwijzen van deze middelen, streven we naar de vorming van een stevig en breed geïntendeerd fundament van de student als Integraal Yogadocent op persoonlijk en professioneel vlak. Dit vanuit de visie dat de ware ontwikkeling tot Integraal Yogadocent pas begint, op het moment dat de student zich op persoonlijk vlak openstelt voor diverse stadia en invullingen van diens yogaproces. Deze vooropleiding geeft hierin een introductie, door middel van het inzichtelijk maken van de persoonlijke ontwikkeling middels het portfolio dat de student opbouwt (zie hier beneden).

De vakken

Zijn gericht op, en vloeien voort uit, het bovenstaande en gaan gepaard met inzichten uit de moderne psychologie, ruime kennis van het menselijk lichaam en bewegingsleer. Bovendien worden deze continu geactualiseerd naar de meest recente maatschappelijke en wetenschappelijke inzichten.

Het opleidingstraject

Het opleidingstraject is die van een ervaringsgerichte yogabeoefening op het niveau van fysieke, energetische en spirituele beleving van lichaam en geest. Het leren lesgeven en het overdragen van de methode van Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad speelt uiteraard, naast de persoonlijke groei, een centrale rol. Het leren kennen van lichaam en geest en de daarbij behorende transformatie bij regelmatige yogabeoefening, is het doel van yoga.

Omwillen van het leveren van maatwerk, toegespitst op de individuele student, biedt Yoga Roots Parkstad een basistraject en vervolgopleiding aan. Het basistraject (200 uur) bereidt de student voor om zelfstandig les te kunnen geven en geeft een prikkel aan het zelfonderzoek in diens yogaproces. De vervolgopleiding (+300 uur) biedt een prikkel tot meer diepgaande inzichten en verdere uitwerking van vaardigheden (o.a. specialisatie in lesgeven).

Realiseren van een erkende opleiding

De opleiding heeft als doel studenten een gedegen en ruime yogadocenten-opleiding aan te bieden die voldoet aan de eisen van de Europese Yoga Unie en de Vereniging Yogadocenten Nederland, waarin de bevordering van deze realisatie (inzicht en verwerkelijking) centraal staat. De basisopleiding leidt op tot zelfstandig docent met een breed fundament in didactiek en yoga. De volledige (500 uur) opleiding leidt op voor het diploma Integraal Hatha Yoga-docent met de Specialisatie Meditatie, waarbij de leerling zich verder verdiept in inzichten uit de verschillende gedoeerde vakken en in diens persoonlijke yogaproces.

De opleiding tot Integraal Yogadocent bij Yoga Roots Parkstad is geregistreerd in het Centraal Register Kort Beroepsonderwijs (CRKBO). De opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad is vrij gesteld van BTW. Sinds oktober 2016 is de Opleiding erkend door de Vereniging Yogadocenten Nederland (VYN) en de European Union of Yoga (EUY).

Bestuurlijke Organisatie

De opleiding valt onder de verantwoordelijkheid van Yoga Roots Parkstad en is een particulier initiatief. Het beleid en het opleidingstraject zijn door John en Daisy Tumulero opgezet en geformuleerd. Yoga Roots Parkstad staat ingeschreven in de Kamer van Koophandel. Omdat Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad een particulier initiatief is, valt alle verantwoording ten name van John en Daisy Tumulero. Wel zijn er voldoende adviseurs en collegae die hen van advies voorzien en begeleiden in hun werk. Het beleid van de opleiding wordt mede uitgevoerd en gehandhaafd door Daisy Klinkers. Beide zijn ook actief in de opleiding zelf. Uiteraard coachen we elkaar en bespreken we regelmatig de voortgang van de opleiding en eventuele knelpunten.

Modules en vakken

De opleiding werkt met modules, waarin de volgende vakken aan bod komen:

Modules en vakken Basisopleiding (200 uur)

Filosofie

1. Inleiding in de Hatha Yoga en het Yogaproces
2. Het Achtvoudige Pad van Patanjali
Boeddhisme 1
3. Boeddhisme 2
Mahayana Boeddhisme
4. Boeddhisme 3

Didactiek: Verantwoord en Afwisselend Doceren

1. Asana's: Achtergrond, Werking en Combinaties
2. Het Bepalen van je Lesdoelen
3. De 5 Tibetanen
4. Mantra's en Lesgeven
5. Omgekeerde Houdingen
6. PNF en Yogales
7. Grondvinyasa en Uitdiepen van Asana's
8. Asana's Persoonlijk Begeleiden/alignment (Trude Matla)

Anatomie en Fysiologie

1. Cellen en Weefsels
2. Bewegingsapparaat: het Skelet
3. Bewegingsapparaat: Spieren
4. Hart en Bloedsomloop
5. Ademhaling en Luchtwegen
6. Alignment, Bandha's

Surya Namaskar

1. Surya Namaskar
2. Bandha's en Middenrifadem

Pranayama

1. Pranayama 1: Prana en Vayu's
2. Pranayama 2

Psychologie

1. Yoga, Meditatie en het Zenuwstelsel
2. Vegetatieve Dystonie
3. Groepsdynamiek

Examentraining en scriptiepresentaties

2 dagen examentraining + scriptiebespreking

2 dagen praktijkexamen + scriptiebespreking

Eind 200 uurstraject

Modules en vakken vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent (+300 uur)

Didactiek: Zachte Lesstijlen Jaar 4

1. Zachte Lesstijlen
2. Jacobsen en Schulz
3. San Kalpa en Yoga Nidra

Adem en Ontspanningstherapie/Van Dixhoorn

1. AOT les 1: Adem en Ontspanning
2. AOT les 2: Functioneel Ademen
3. AOT 3: Functioneel Bewegen
4. AOT 4: Ontspanning in de Yogapraktijk

Voeding en Ayurveda

1. Voeding 1
Spijsvertering
2. Voeding 2
3. Ayurveda 1
4. Ayurveda 2

Specialiseren

1. Yoga en Pijnvermindering
2. Bedrijfsyoga
3. Yoga voor Ouderen
4. Zwangerschapsyoga
5. Yoga en Burnout
6. Kinderyoga
7. Praktijkdag: lesgeven in jouw specialisatie!

Anatomie en Fysiologie Verdieping

1. Bloed
2. Chakra 1
3. Chakra 2 en Kosha's

4. Het hormoonstelsel
5. Spijsvertering
6. Meridianen

Meditatie

1. Meditatie 1: Concentratie
2. Meditatie 2: Vipassana en Loopmeditatie
3. Vipassanameditatie en Mindfulness
4. Meditatie 3: Theoretisch Bekeken en Instructie Geven
5. Inquiry en Meditatie
6. Lojong 1
7. Lojong 2

Psychologie Verdieping

1. Projectie en Overdracht
2. Zelfcompassie
3. Levensloopsychologie
4. Geestelijke Gezondheid
5. Omgaan met Kundalini-Energie

Filosofie Verdieping

1. Boeddhisme 4 : Bewustzijn en Skandha's
2. Klesha's en Samskara's
3. Hartsutra en Paramita's
4. De 4 Onbegrensde Gemoedstoestanden
5. Boeddhisme: Leven en Sterven
 - a. Meditatie 'De 5 Lampen'
6. De 8 Wereldse Interesses
 - a. Zoek-filosofeeropdracht
7. Jhana's
8. Creationisme

Bedrijfsvoering

1. Opzetten bedrijfsplan
2. Communicatie en P.R.

Examentraining, scriptiepresentaties, praktijkexamens

1. examentraining + scriptiepresentaties
2. examentraining + scriptiepresentaties
3. praktijkexamens + scriptiepresentaties
4. praktijkexamens + scriptiepresentaties
5. Afsluiting: geef je yogaproces vorm met kunst + diploma-uitreiking

eind 500 uur

Afhankelijk van de planning van student en de planning van het curriculum in het lopende jaar, kan de student de modules en vakken volgen die binnen zijn traject (basisopleiding dan wel vervolgopleiding) vallen. De volgorde is niet chronologisch zoals boven beschreven, maar flexibel zolang de vakken binnen zijn of haar traject (basisopleiding dan wel vervolgopleiding) vallen.

Beschrijving van de modules van de basisopleiding tot Integraal Yogadocent 200 uur (zie ook www.opleidingyogadocent.nl):

Filosofie

Zeker binnen de yoga is de filosofie niet weg te denken. Binnen de filosofie worden uitvoerig de yogasutra's van Patanjali besproken met het 8-voudige pad. Daarnaast de leer van het Boeddhisme met de vier edele waarheden en het 8-voudige pad van de Boeddha. Van beide stromingen beginnen we met de geschiedenis. Alhoewel van Patanjali de jaartallen niet helemaal zeker zijn. Er zijn veel overeenkomsten te vinden en dit is juist het mooie in beide filosofische stromingen. Vanuit het Boeddhisme wordt het Bodhisattva-ideaal er iets bovengit geheven vanwege de onzelfzuchtige gedachte "Verlichting voor ieder levend wezen", de principes van beide filosofieën zullen uiteraard ook in de praktijklessen terug komen. Bijvoorbeeld de vier vormen van aandacht (Boeddhisme) of de Yama's en de Niyama's (Patanjali). We zien ook dat, bijvoorbeeld de vijf Klesha's in het Boeddhisme en door Patanjali behandeld worden. Zo zijn er nog veel meer mooie parallellen te ontdekken. Kort zullen we het ook hebben over andere filosofieën zoals de Vedanta en het Hindoeïsme etc. De lessen zullen worden verzorgd door John Tumulero. John is zelf Boeddhist en ingewijd door de venerabele Lama Zeupa in de Karma Kagyu linie in het Tibetaans instituut te Huy. Verder is John goed onderbouwd wat betreft de Sutra's.

Filosofie Basis

Duur: 4 dagen/24 uur

Filosofie Verdieping

Duur: 8 dagen/52 uur

Anatomie en Fysiologie*

Volgens de visie van Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad is het niet verantwoord om yogalessen te geven zonder kennis van het lichaam. We behandelen o.a. cellen en weefsels (cytologie en histologie), het bewegingsapparaat (skeletspieren), de bloedsomloop, luchtwegen, het zenuwstelsel, de spijsvertering, het hormoon-stelsel, voortplanting, nieren en lever. Ook wordt het belang van een juiste adem, een juiste uitlijning van Asana's en de werking van spierketens besproken. Een ander

belangrijk onderdeel is het bestuderen van de rekreflex en het anatomisch analyseren van Asana's. De lessen worden gecombineerd met yoga, om de anatomie direct naar de praktijk te vertalen.

Anatomie en Fysiologie Basis

Duur: 6 dagen / 40 uur

Anatomie en Fysiologie Verdieping

Duur: 6 dagen / 40 uur

Didactiek: Verantwoord en afwisselend lesgeven

Om goed en effectief les te geven, is niet alleen ervaring met yoga nodig. Wat je ook nodig hebt, is dit: naast goed doceren en inspreken, moet je goed kunnen plannen. En weten hoe je het overbrengt.

Je leert hoe je een goede lesvoorbereiding maakt. Hierbij horen lange- en korte termijn (les)doelen. Deze stel je (indien nodig) bij. In de praktijk zul je dit vaak moeten doen. Bijvoorbeeld als je mensen met een blessure in je les krijgt.

In deze praktijkmodule ga je lesgeven in verschillende yogastijlen: Klassieke Hatha Yoga, Vinyasa Yoga, Yin Yoga, Anusara Yoga en Chi- en Powerflow Yoga.

De lessen worden verzorgd door *John en Daisy Tumulero, Ilona Pluymakers, Trude Matla-Veer.*

Duur: 8 dagen / 52 uur

Pranayama

Pranayama is onlosmakelijk verbonden met de yoga. Als we naar de betekenis kijken van Pranayama, dan heeft dit woord heel veel betekenis in zich, wat ten dienste staat van de uiteindelijke yoga doelen. Prana betekent levenskracht, Ayama betekent beheersing. Met Pranayama kunnen we onze levenskracht sturen en vermeerderen. We kunnen werken met reinigende technieken, verwarmende technieken, ontspannende technieken, harmoniserende technieken en nog veel meer.

Pranayama's moeten zeer nauwkeurig uitgevoerd worden. Pranayama's maken naast de aparte lessen ook deel uit van de Hatha yoga lessen. Er zijn 2 lesdagen die volledig besteedt worden aan de training van pranayama, echter op de lesdagen van de modules 'Didactiek: Zachte Lesstijlen', 'Anatomie en Fysiologie', 'Ayurveda en Voeding' en 'Didactiek: Verantwoord en Afwisselend Lesgeven' zal minimaal 35 uur in totaal pranayama gedoceerd worden.

Duur: 2 dagen / 13 uur

Surya Namaskar

Ofwel de Zonnegroet!

Niet alleen geeft deze energieke flow wat 'pit' aan je lessen. Er zit een rijke traditie achter. Regelmatige beoefening van de zonnegroet kan veel voordeel opleveren voor je lichamelijke, emotionele en mentale gezondheid. Daarnaast geeft het de docent een stevige basis voor het spelenderwijs uitbouwen naar een vinyasa-flow.

Je leert de verschillende zonnegroeten kennen en inspreken. Daarnaast ga je oefenen met de traditionele zonnegroet inclusief bijbehorende mantra's.

Duur: 2 dagen / 13 uur

Psychologie*

Psychologie is een belangrijk onderdeel in de opleiding. Het is zeer belangrijk voor een yogadocent om te weten wat er in de mensen omgaat, hoe psychologische levensprocessen verlopen en hoe het yogaproces zijn werking heeft op de menselijke geest. Wij bekijken deze processen zowel vanuit de Oosterse invalshoek als de Westerse. Onderwerpen die aan bod komen zijn o.a. het yogaproces (van grove naar subtiele energie), verbindingen (de verplichte, de vrijwillige en de spontane verbinding), yoga, meditatie en ons brein.

Het groepsproces, projectie, overdracht en tegenoverdracht, projectie en overdacht vanuit de chakra's, compassie en zelfcompassie, levensloopspsychologie. Yoga en emoties gebaseerd op Patanjali, emotionele stabiliteit en controleren van mentale activiteit (Niruddha) op 3 niveaus:

1. Vritti-niroda
2. Pratyaya-niroda
3. Samskara-niroda

Dan nog Boeddhisme: de versturende emoties; emotieloosheid versus niet gehecht zijn aan je emoties, zowel plezierige als onplezierige emoties; het mechanisme van naar je toe trekken en van je af stoten (gehecht zijn) etc. Emoties vanuit de Westerse psychologie: basisemoties, evolutie, emotie theorieën, hersenen en emoties, Ledoux en Kahnemann. Vecht/ vlucht/troostsysteem. Contra-indicaties, Yoga en pijnbestrijding (het vermijdingsmodel en neuroplasticiteit). Ook een deel Boeddhistische psychologie (leven, sterven en Abhidhamma) komen aan bod.

Psychologie Basis

Duur: 3 dagen / 20 uur

Psychologie Verdieping

Duur: 5 dagen / 33 uur

Beschrijving van de modules van de vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent (+300 uur)

Het Tibetaans woord voor meditatie is "Sgom". Sgom betekent "vertrouwd raken met". Dus eigenlijk kun je zeggen dat je met meditatie weer vertrouwd raakt met de werking van je eigen geest. Er verandert iets ten goede op spiritueel en geestelijk gebied. Eigenlijk zou je kunnen zeggen dat meditatie de directe ervaring is van je eigen geest. Het grootste deel van ons leven ervaren we eigenlijk alleen een voortdurende stroom van zich continu wijzigende gedachten en emoties (Chitta vrtti's). Deze jachtige stroom heeft eigenlijk niets met onze geest te maken, omdat onze geest van uit haar ware aard rust en stilte is. Wat je doet met mediteren, is jezelf stil zetten en toeschouwer worden van wat er is zonder te oordelen of jezelf te identificeren met onze gedachten en emoties. Je zou meditatie ook kunnen onderverdelen naar soort, zoals bijvoorbeeld: kalmtmeditatie, beschouwende meditatie, meditatie om bepaalde aspecten van onze geest te ontwikkelen (zoals

liefde etc.) en inzichtmeditatie. Boeddha onderwees 84000 verschillende manieren (meditatie) om negatieve emoties te transformeren.

Na een inleiding op meditatietechnieken, worden diverse meditatievormen uit het Boeddhisme en de Yogatraditie uitgediept en gepraktiseerd.

Meditatie ontwikkeld zich altijd in twee fasen de eerste is kalmte en de tweede is inzicht. De lessen worden verzorgd door *John en Daisy Tumulero*.

Duur: 7 dagen / 46 uur

Didactiek: Zachte Lesstijlen

Ontdek de kracht van Zachtheid

In 'Zachte Lesstijlen' leer je zachte vormen van yoga en oefeningen waarbij diepe ontspanning ontstaat.

Dit zijn onze zachte lesstijlen: Yoga Nidra, diverse Pranayama's, Chi Flow Yoga, progressieve relaxatie en autogene training.

Houd je van krachtige yogastijlen? Ook dan ga je profijt hebben van deze volledige toolkit.

Duur: 7 dagen /46 uur

Voeding en Ayurveda

Gezonde voeding is van belang voor een gezond lichaam en een gezonde geest bij Yoga Roots Parkstad hebben we gekozen voor een biologische maar Westerse benadering van de voeding. Er wordt middels PowerPoint presentaties en interactieve lessen een duidelijk en helder beeld gevormd wat nu gezonde voeding is. Ook worden bereidingswijzen van voeding besproken en de uitwerking van de voeding in ons spijsverteringsstelsel. De thema's worden benaderd vanuit orthomoleculaire voedingswetenschap en gezondheid door voeding.

Het woord Ayurveda is een samenstelling van het woord Āyus, dat "leven" of "levensprincipe" betekent, en het woord Veda, dat "wetenschap" of "kennis" betekent. Het refereert dus aan een kennissysteem. "Ayurveda" kan derhalve vertaald worden als wetenschap van het leven. Het is een meer dan drieduizend jaar oud systeem. Vele aanhangers beweren dat het zich meer dan drieduizend jaar geleden in India ontwikkelde. Ayurveda is oorspronkelijk gebaseerd op oude teksten in het Sanskriet, de Charaka Samhita en de Susruta Samhita. De Charaka Samhita is een lange filosofische tekst, aangevuld met een grote hoeveelheid hygiënische en medische informatie. De Susruta Samhita daarentegen is vooral bekend vanwege de vele uitgebreide beschrijvingen van chirurgische ingrepen. In de yoga opleiding beperken we ons echter tot de kennis van de temperamenten (Tri Guna) en de constitutieleer (Tri Dosha). Ook het principe Prakriti en Purusha (bewustzijn en materie) wordt hier nog eens extra uitgediept. Alhoewel de Kosha's ook een grote rol in de Ayurveda spelen, zijn deze al eerder uitgebreid aan bod gekomen. De Chakraleer komt in de oude Ayurveda niet voor. De Chakraleer is pas later in de Tantrische benadering ontstaan. Ayurveda noemt men ook wel de moeder van de geneeskunde.

Duur: 4 dagen / 26 uur

Adem en Ontspanningstherapie (AOT) volgens Van Dixhoorn

De methode van Dixhoorn heeft eigenlijk een therapeutische oorsprong. De grondlegger, Jan van Dixhoorn, heeft een diepgaand onderzoek gedaan naar de oorzaken van gespannen adem en het opbouwen van over spanning. Hij geeft dit mooi weer in een grafiek. In deze grafiek laat hij zien hoe spanning zich opbouwt en uiteindelijk ervoor zorgt dat spanning en gespannen adem ontstaat. Veel mensen in deze toestand kunnen zich niet in een reguliere yogales ontspannen. Het is goed als een yogadocent dit ziet. De yogaleraar kan dan de cliënt begeleiden hierin, maar als het te erg is de cliënt ook doorverwijzen naar een therapeut. Ook zijn er zachte yoga en ademtechnieken die op de van Dixhoorn methode uitgevoerd kunnen worden. Deze geven een enorme meerwaarde aan de yogales en vergroten bij de leerlingen het lichaamsbesef. Dit leidt op zijn beurt weer naar zelfkennis. In het tweede jaar worden twee maal 3 uur hiermee gewerkt een in het derde jaar zal een 3-urige masterclass worden gegeven om de van Dixhoorn methode te integreren in de yoga. De lessen zullen gegeven worden door *Jon Hovens*. Zij is erkend AOT Therapeute en yogadocente.

Duur: 4 dagen / 24 uur

Bedrijfsvoering

Hoe stel je een haalbaar en overzichtelijk bedrijfsplan op? En hoe maak je je kenbaar als yogastudio of docent? Deze module is ontstaan vanuit de behoefte van startende yogadocenten. De docenten spreken vanuit de ervaring (valkuilen en succeservaringen) van het oprichten van hun yogastudio.

Duur: 2 dagen/ 13 uur

Specialiseren

De specialisatietraining biedt een kennismaking met de specialisaties Zwangerschapsyoga, Kinderyoga, Yoga voor Ouderen, Yoga en Pijnvermindering, Bedrijfsyoga en een verdieping in Mindfulness/meditatie. Zo kun je meer gericht gaan kiezen met welke doelgroepen en yogastijlen je wilt gaan werken. De lesdagen zijn onderdelen van de specialisaties en bijscholingen, die je apart van de docentenopleiding kunt volgen.

Word je razend enthousiast van de specialisatiedagen? Dan kun je bij ons instromen in de volledige bijscholing. Je ontvangt hierop dan studentenkorting.

Duur: 7 dagen / 46 uur

*de modules met een sterretje worden verder uitgediept in de Vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent (+300 uur), echter niet opnieuw in de tekst hierboven beschreven.

Gastdocenten

Jaarlijks zullen enkele gastdocenten op uitnodiging komen om praktijklessen te verzorgen. Deze docenten zijn allemaal erkend door de Vereniging Yogadocenten Nederland.

Continuïteitsbewaking lesplanning

Mocht er sprake zijn van overmacht voor de (gast)docent en kan er op dat moment geen vervanging plaatsvinden door een andere (gast)docent, dan wordt desbetreffende module of lesdag verschoven naar een later tijdstip. Zowel de annulering als het voorstel voor een nieuwe datum wordt op het vroegst mogelijke moment aan de studenten medegedeeld per email en/of mondeling.

Extra informatie inhoud curriculum

Naast indeling in modules, komen de volgende onderdelen in het curriculum aan de orde:

De diverse stijlen van Hatha yoga (160 uur)

Omdat de opleiding een integraal karakter heeft zullen diverse stijlen worden onderwezen. Bovendien zijn er diverse studie-onderdelen die relevant zijn voor de uitoefening van het beroep Integraal Hatha Yogadocent, waaronder klassieke hatha yoga, werken met vinyasa's, Anusara yoga, chi (power) flow yoga, werken met hulpmiddelen en mantra's.

De beroepscode (3 uur)

De beroepscode is een zeer belangrijk aspect in het uitoefenen van het beroep yogadocent, dus hier wordt ook ruim aandacht aan besteed in de module Bedrijfsvoering. Dit onderdeel wordt gegeven door *John of Daisy Tumulero*.

Scriptiebespreking/begeleiding (6 uur)

Voorlichting en tussentijdse coaching van de scriptie in de Vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent.

Scriptiepresentatie (10 uur)

Uitgaande van 10 leerlingen, 45 minuten presentatie en 15 minuten vragen en nabespreken.

Stage en examentraining (20 uur)

In de stage worden minstens 6 yogalessen van erkende docenten bijgewoond, waarvan 1 ter observatie. Dan geeft de stagiaire 1 les onder supervisie van een VYN-erkend docent (dit kan ook een proefexamen zijn). Vervolgens geeft de stagiaire 4 lessen (al dan niet met supervisie van een VYN-erkend docent), waarna de stagiaire schriftelijk beknopt verslag van zijn bevindingen doet.

Praktijkexamen (1 uur)

Tijdens het praktijkexamen krijgt een student 1 uur om een yogales te geven aan medestudenten dan wel andere deelnemers. Criteria zijn vooraf vastgesteld, er wordt o.a. gelet op lesopbouw, veiligheid en aandacht voor de deelnemers. In het begin van het leerjaar waarin de student wil afstuderen worden data vastgesteld waarop de individuele praktijkexamens plaatsvinden.

Effectieve contacturen en studiebelasting

De urenverdeling

De urenverdeling voldoet ruim aan de norm van het basisprogramma opleidingen. Ze liggen gemiddeld per onderdeel wat hoger dan de minimale eis. Een aantal onderdelen zoals benoemd in het Basisplan Opleidingen van Vereniging Yogadocenten staat niet uitsluitend als module vermeld, echter de onderdelen worden gedoceerd in meerdere modules. Een voorbeeld hiervan is 'Meditatie'; dit wordt gedoceerd in de modules 'Meditatie', 'Filosofie Basis en Verdieping' en 'Psychologie Verdieping'.

Yoga tweedaagse

Per jaar is er één yoga tweedaagse. Deze tweedaagse zal gekoppeld zijn aan een thema. Bijvoorbeeld Chakra's; theorie en praktijklessen zijn hierop afgestemd. De tweedaagse zal in de eigen praktijk gehouden worden, om de kosten voor de leerling zo laag mogelijk te houden. Wel is

het mogelijk om te overnachten indien dit gewenst is. De yoga tweedaagse bedraagt 12 effectieve uren.

Studiebelasting

Het studiejaar loopt van januari t/m december. Hiertussen valt nog Carnaval, Pasen, de meivakantie, de zomervakantie, de herfstvakantie en de Kerstvakantie. In de overige weken worden de lesdagen gepland.

De lesdagen worden om de week (even of oneven week) gepland. Per jaar zal de opleidingsdag telkens op dezelfde weekdag (vrijdag, zaterdag of zondag) plaatsvinden, m.u.v. het opleidingsweekend en eventuele (her)toetsmomenten. De leerlingen weten op voorhand of ze in het lopende en volgende studiejaar in een even of oneven week op vrijdag, zaterdag of zondag les hebben.

In de planning van het volgend studiejaar zal rekening gehouden worden met beschikbaarheid van studenten en docenten. De planning qua data van het volgende studiejaar zal uiterlijk september voorafgaand aan dat studiejaar aan de leerlingen worden medegedeeld.

Er wordt verwacht dat de leerling nog yogales volgt bij een andere yogaschool, een yogadagboek bijhoudt en iedere dag zelf yoga beoefent. De studiebelasting is afhankelijk van het vermogen van de leerling. Er wordt ongeveer van een à twee uur per dag uitgegaan. Dus tussen de 7 à 14 uur per week. Er wordt een eindschrijving gemaakt en een eindwerkstuk voor de specialisatie. Ieder jaar zal er ook gestudeerd moeten worden voor de eindtoets.

Ten alle tijden kan er om advies en uitleg gevraagd worden. Dit kan tijdens opleidingsdagen, op andere dagen via mail of op bepaalde tijden telefonisch.

Begeleiding en evaluatie

Een tot twee keer per jaar vindt een tussentijdse evaluatie plaats tussen student en opleider. Hiertoe wordt voorafgaand aan het evaluatiegesprek een korte samenvatting van (leer)doelen en de eigen bevindingen hieromtrent opgesteld door de student. Deze worden besproken in het evaluatiegesprek. Ook emotioneel/psychisch gezien is deze regelmatige evaluatie belangrijk. Er gebeurt in het yogaproces namelijk heel veel bij de leerling. Het is belangrijk om dit te kunnen bespreken en te delen met de docenten.

In aanloop naar toetsing (presentaties, praktijkopdrachten, theorietoetsen, praktijktoets, scriptie en eindwerkstuk) wordt examentraining en begeleiding geboden door Yoga Roots Parkstad zoals beschreven onder 'Toetsing en eindschrijving'.

Aan de hand van het evaluatiegesprek stelt de leerling een beknopt reflectieverslag op (maximaal 1 A4). Dit reflectieverslag voegt de student toe aan zijn/haar portfolio, dat hij/zij gedurende de opleiding bijhoudt.

Portfolio

Naast reflectieverslagen bevat het persoonlijke portfolio andere onderdelen, zoals uitwerking van (praktijk)opdrachten, presentaties, persoonlijke notities en doelen en overige onderdelen waar de student nadrukkelijk aandacht besteedt in zijn/haar proces. Doel van het portfolio is het verkrijgen en bewaren van inzicht en overzicht te verkrijgen in diens leer- en yogaproces. Het portfolio is eigendom van de student.

Individuele gesprekken

Als een leerling hieraan behoefte heeft, kan hij of zij – naast de jaarlijkse evaluatiegesprekken - een individueel gesprek aanvragen bij John Tumulero (docent/therapeut) of Daisy (psychologe/docent) Tumulero. Hier wordt tijd voor ingepland buiten de lestijden.

Toetsing en eindscriptie

Tijdens en/of na iedere module wordt getoetst of de geleerde stof goed opgenomen is door de leerling. De toetsing vindt plaats in de volgende vormen: presentaties (gezamenlijk of individueel), praktijkopdrachten, het inleveren van een verslag en/of een theorietoets. De toetsingsvorm wordt tijdens betreffende module in het lopende curriculum bekend gemaakt. Bovendien vinden 2x per jaar evaluatiegesprekken plaats, waarbij aan de hand van de leerdoelen van de student en het portfolio, studieadvies wordt uitgebracht.

In de vervolgopleiding wordt er een scriptiethema gekozen en begonnen aan de eindscriptie.

De scriptie eisen

De scriptie eisen worden besproken in de opleiding. Richtlijnen voor de scriptie hebben betrekking op: De omslag, het titelblad, het voorwoord, de inhoudsopgave, het aantal pagina's, het lettertype, een evaluatie/eindconclusie, de bronnen/ literatuurlijst en de eventuele bijlagen. Het aantal bladzijden van de scriptie is tussen de 25 en 30 pagina's.

Een supplement van de scriptierichtlijnen wordt aangereikt in de vervolgopleiding tot Integraal Yogadocent, in het document 'Afstuderen aan de Beroepsopleiding tot Integraal Yogadocent'.

Eindwerkstuk specialisatie (scriptie Meditatie)

Hiervoor gelden de scriptie richtlijnen. Het aantal bladzijden is hier tussen de 8 en de 15.

Examenbegeleiding en herkansing

Toetsingen per module

De toetsingen van iedere module kunnen worden herkanst, zodra de module nogmaals plaatsvindt. Herkansing is enkel mogelijk indien de score onvoldoende is.

Ingeval deze herkansing onvoldoende zijn, dient het betreffende jaar te worden overgedaan.

Scriptie/eindwerkstuk

Bij de scriptie en het eindwerkstuk wordt de mogelijkheid geboden tot het insturen van het document per email ter inzage en tussentijdse beoordeling door de beoordelaars. Bovendien wordt er 1 uur scriptiebegeleiding in de vorm van een begeleidingsgesprek per student gereserveerd.

Bij deze tussentijdse beoordelingen wordt feedback gegeven en advies uitgebracht, waarbij de student, tot aan het definitieve indienen van de scriptie of het eindwerkstuk, aanpassingen kan maken die tot voldoende score leiden.

Mocht de scriptie of het eindwerkstuk alsnog onvoldoende zijn beoordeeld, dient de leerling de scriptie te herschrijven. Hij/zij blijft in de tussentijd ingeschreven als student bij Yoga Roots Parkstad, met bijgaande plichten en rechten (waaronder betalingsverplichting per kwartaal) en wordt de mogelijkheid geboden tot het co-tutoren van lesdagen voor de gewenste binding met de beroepspraktijk.

Praktijkexamen

In het studiejaar voorafgaand aan de praktijktoets, of het studiejaar waarin de praktijktoets plaatsvindt (afhankelijk van de mogelijkheden van zowel student als opleider), wordt een proefexamen ingepland. Op basis hiervan ontvangt de leerling feedback en adviezen voor het daadwerkelijke praktijkexamen. Er is sprake van een intensieve examentraining. Mocht de student alsnog onvoldoende scores op het praktijkexamen, kan hij/zij het jaar erna zich aanmelden voor de praktijktoetsing, op de daarvoor bestemde data. Hiervoor worden opnieuw de examenkosten gerekend.

Toelatingseisen

1. Intakegesprek
2. Voldoende fysieke en geestelijke conditie om de scholing af te ronden
3. Een gezonde sociale ontwikkeling en spreekvaardigheid wordt verwacht
4. Vooropleiding op HAVO-niveau of anders een minimale leeftijd van 23 jaar
5. Minimaal 2 jaar yogabeoefening

6. Deze criteria worden getoetst door opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad

Indien door de student aan alle toelatingseisen is voldaan kan er worden overgegaan tot inschrijving.

Instromen en vrijstellingen

Dit zal op basis van verworven competenties en voorkennis vanuit andere opleidingen bepaald worden. Voor aanvang van de opleiding wordt ingeval van de behoefte aan vrijstelling en/of instromen, een portfolio inclusief c.v. ingeleverd. Deze wordt besproken alvorens de definitieve inschrijving. Op basis hiervan wordt een inschatting gemaakt van de noodzakelijke delen van het curriculum die dienen te worden doorlopen, om zo te voldoen aan de eindtermen van docentenopleiding Yoga Roots Parkstad.

Eindtermen opleiding en erkenning

Het curriculum van de opleiding wordt inhoudelijk en qua opzet getoetst door de Toetsingscommissie van Vereniging Yogadocenten Nederland. Yoga Roots Parkstad heeft daarom de modules in studiebelasting (uren), verschillende vakken/modules en eindtermen gelieerd aan de vereisten van Vereniging Yogadocenten Nederland (VYN).

Indien de 200 dan wel 500 uur opleiding met succes is doorlopen, kan de student zich als volledig lid aanmelden bij VYN en ontvangt hierbij de VYN-erkenning.

Kosten

De kosten voor de 200 uur docentenopleiding bedragen €2500. De kosten voor de 500 uur docentenopleiding bedragen €5800. Deze kunnen in twee of vier termijnen worden betaald via overboeking op IBAN NL 10 RABO 0160 1767 51 t.n.v. Yoga Roots Parkstad. De kosten zijn exclusief de verplichte boeken en inclusief de readers syllabussen en de yoga tweedaagse.

Daarnaast worden er per praktijkexamen 50 euro examenkosten in rekening gebracht.

Richtlijn voor kosten voor verplichte literatuur is 350 euro voor de totale opleiding, met een marge van 75 euro (meer of minder uitgaven aan verplichte literatuur wegens jaarlijkse herziening van de literatuurlijst).

Open dagen

Minimaal 1 en maximaal 3 maal per jaar zal er een open dag gehouden worden. De leerlingen worden uitgenodigd hieraan mee te werken, wat helpend is voor hun eigen groeiproces als docent (doceren voor groep en samenwerken met collega's).

Boekenlijst

De literatuurlijst wordt jaarlijks geactualiseerd en kosten worden mondeling tijdens de intake besproken. Richtlijn voor kosten van het studiemateriaal zijn een totaal van 350 euro. Vanwege de wisselende inhoud van de verplichte literatuurlijst zullen deze kosten met een marge van 75 euro kunnen verschillen. Hieronder staat de huidige literatuurlijst vermeld.

Verplichte boeken

Yoga

Joghun Dijkstra	Het Hatha yoga werkboek, verplicht vanaf het eerste jaar.
Joghun Dijkstra	Zien door yoga, verplicht vanaf eerste jaar.
Christina Brown	De Yoga gids, verplicht vanaf het eerste jaar.
Leslie Karminof	Yoga Anatomie, verplicht vanaf eerste jaar.
Douwe Tiemersma	Pranayama, verplicht vanaf het tweede jaar.
Douwe Tiemersma	Chakra yoga, verplicht vanaf tweede jaar.

Literatuursuggesties

Yoga

Dr. L.k Taimni	De yoga sutra's van Patanjali.
Andre van Lysebeth	Pranayama.
G. Feuerstein en L. Payne	Yoga voor dummies, zeer goed onderbouwd.
Frank j. Boccio	Mindfulness Yoga, veel interessante filosofie in het eerste deel.
M. R. Gach/C. Marco	Acu-yoga.
Gert van Leeuwen	Critical allignment.
Maartje t Hooft	Yoga en aplomb.
Mukunda Stiles	Yogatherapie voor lichaam en geest.
Dr. Kelly mc Gonnigal	Yoga als pijnbestrijding.

Mansukh Patel
Swami Vivekananda
Cyndi Dale
Paramahansa Yogananda
Harish Yohari

De Bhagavad Gita, Advies voor eerste jaar
Vedanta, Stem van innerlijke vrijheid.
Kundalini, Voor een energiek leven vol vuur
Autobiografie van een yogi
Adem en bewustzijn.

Boeddhisme/meditatie

Lama Karta
Steve Hagen
Geshe Kelsang Gyatso
Bokar Rimpoche
Eric Bruijn
Eric Bruijn
De Dalai Lama
De Dalai Lama
De Dalai Lama
De Dalai Lama
Kaloe Rimpoche
Jon Kabat-Zinn
Jon Kabat-Zinn
Tarthang Tulku
Tarthang Tulku
Tarthang Tulku
Tarthang Tulku
Tich Nhat Hahn
Tich Nhat Hahn
Tich Nhat Hahn
Tich Nhat Hahn
Walpola Rahula

Inleiding tot het boeddhisme
Boeddhisme in alle eenvoud
Introductie tot het boeddhisme
Meditatie, raadgevingen voor beginners
Tantra, yoga en meditatie
Ontmoetingen met meesters en dwazen
Meditatieoefeningen voor een zinvoller leven
De kracht van mededogen
De vier edele waarheden
Leven in Ballingschap
De Dharma
Waar je ook gaat, daar ben je
Handboek Meditatie
Leven in evenwicht
Verborgene vrijheid
Kum Nye deel een en twee
Kum nye ontspanning
Het hart van Boeddha's Leer
Vorm is leegte, leegte is vorm
Het gras wordt groener
Adem is bewustzijn
Wat de Boeddha onderwees

Klachtenregeling

Bij geschillen tussen de student en Opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad over aspecten samenhangende met de opleiding of voortvloeit uit de getekende overeenkomst tussen de Opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad en de student, kan een officiële schriftelijke klacht hierover ingediend worden aan Opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad, ter attentie van de directie (J.J.H.T. Tumulero en D. Tumulero). De klacht kan worden ingediend zoals vermeld in de klachtenregeling zoals beschreven op www.yogarootsparkstad.nl.

Wanneer het lidmaatschap van het registratie instituut CRKBO een feit is, dan is hier ook een onafhankelijke klachtencommissie waar men terecht kan. Klachten worden meteen opgepakt en behandeld. De indiener van de klacht ontvangt binnen 5 werkdagen een bevestiging van het in behandeling nemen van de klacht. De klacht wordt hierbij geregistreerd en voor een vastgestelde termijn bewaard.

Klachten worden ten aller tijde vertrouwelijk behandeld.

Algemene voorwaarden

Deze bepalingen zijn onlosmakelijk verbonden met de overeenkomst tussen opleidingsinstituut Yoga Roots Parkstad en de student als weergegeven op het inschrijfformulier en bijbehorende voorwaarden.

1. Begripsbepalingen

- a) Het opleidingsinstituut: Opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad afgekort YRP.
- b) De student: degene die zich na ondertekening van de studieovereenkomst heeft ingeschreven voor de opleiding yogadocent.
- c) De website: plaats waar de studie informatie en alle relevante gegevens betreffende de opleiding is vermeld.
- d) Certificaat: bewijs van afgeronde of gevolgde leerjaren bij het voortijdig beëindigen van de opleiding.
- e) Diploma: bewijs van de naar tevredenheid van Instituut Yoga Roots Parkstad voltooide opleiding.

2. De opleiding

- a) De student wordt de garantie gegeven dat de scholing is afgestemd op de informatie zoals die in de opleidingsbrochure is vermeld. Indien vorm of inhoud worden gewijzigd dan zal deze informatie daaraan worden aangepast.
- b) Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad verzorgt de opleiding zoals deze vermeld staat in de brochure en op de website.

- c) De opleiding en bijscholingen leiden op tot Hatha Yogadocent. Het diploma geeft de gediplomeerde recht tot het zelfstandig geven van cursussen Hatha Yoga volgens de normen van de Vereniging van Yogadocenten Nederland.

3. Overeenkomst Yoga Opleiding Yoga Roots Parkstad en student

- a) De overeenkomst tussen de opleiding en de student wordt schriftelijk aangegaan. Na een intakegesprek en wanneer er voldaan wordt aan de toelatingseisen, wordt een inschrijfformulier ingevuld wat tevens ook de studie-overeenkomst is voor het lopende jaar. Bij ontvangst van het volledige ondertekende inschrijfformulier treedt de studieovereenkomst in werking. De student ontvangt een kopie als bewijs van inschrijving.
- b) Voor het volgen van afzonderlijke modules en bijscholing is de digitale overeenkomst (volledige inschrijving) voldoende, via de www.opleidingyogadocent.nl.
- c) De student verplicht zich iedere wijziging in de persoonlijke gegevens bij YOGA ROOTS PARKSTAD schriftelijk te melden.
- d) Alle meldingen worden binnen 10 werkdagen, met uitzondering van vakantieperiodes, beantwoord. Indien het langer gaat duren zal dit vermeld worden.
- e) Bij inschrijving wordt een wettelijke bedenktijd van 14 dagen gehanteerd. Zoniet, is je inschrijving definitief zoals beschreven onder 'Annuleringsvoorwaarden'.

4. Financiële verplichtingen Yoga Roots Parkstad

Bij de opleidingskosten zijn inbegrepen:

- a) Alle lesdagen en ingeval van de 200/500 uur opleiding één yoga tweedaagse per jaar. Of alle lesdagen behorende bij de module waarvoor je bent ingeschreven.
- b) Materiaal: het benodigde lesmateriaal dat door het opleidingsinstituut verstrekt wordt zijn syllabussen van iedere lesdag. Boeken zijn *niet* inbegrepen. Yoga-matten, kussens etc., zijn aanwezig.
- c) Opleiding: 1x Per jaar vindt er met elke student een persoonlijk evaluatiegesprek plaats over de vorderingen en eventuele knelpunten.

5. Betaling

- a) De opleidingskosten dienen uiterlijk 28 dagen voor aanvang van het studiejaar voldaan te worden.
- b) Betaling in termijnen is mogelijk. Het aantal termijnen is twee, drie of vier. Bij betaling in termijnen dient men zich te houden aan de afgesproken data omschreven in de studieovereenkomst welke vóór aanvang van het lopende jaar getekend wordt. Voor het betalen in termijnen worden geen extra kosten berekend.
- c) YOGA ROOTS PARKSTAD mag studenten, die niet aan de overeengekomen financiële verplichtingen voldoen, van verdere deelname uitsluiten. In dat geval is zonder uitzondering het verschuldigde lesgeld in zijn geheel direct opeisbaar.
- d) In geval van schorsing, ontzegging van de toegang of verwijdering van YOGA ROOTS PARKSTAD, blijft de verplichting tot betalen van het lesgeld onverminderd bestaan. Ook in dit geval is het verschuldigde lesgeld direct opeisbaar.
- e) Bij een voortijdige beëindiging van de opleiding is men wel verplicht het lesgeld van het lopende jaar te betalen. Indien al betaald is voor meerdere jaren wordt dit geld gerestitueerd. Bij ernstige ziekte of overmacht kan e.a. besproken worden. Men behoudt het recht om het jaar op een later tijdstip af te ronden.

6. Annuleringsvoorwaarden

Tot 6 weken voor aanvang van de opleiding kan deze geannuleerd worden. U wordt dan wel geacht om 50% van de betaling te voldoen. Annulering binnen 6 weken voor aanvang is niet mogelijk, u voldoet dan 100% van de betaling. Een uitzondering hiervoor is als de inschrijving heeft plaatsgevonden binnen 6 weken en 14 dagen (dan wordt de bedenktijd van 14 dagen gehanteerd). Enkel in samenspraak met de directie kan een regeling tot opschorting getroffen worden bij annulering.

Let op:

- a) Annulering geschiedt schriftelijk via de post of mail.
- b) Deze wordt door Yoga Roots Parkstad per email bevestigd.

7. Annulering van de overeenkomst

- a) De leerling kan een overeenkomst te allen tijde annuleren. Tussentijds beëindiging leidt in beginsel niet tot restitutie van het lesgeld of het vervallen van de betaalplicht.
- b) Indien de leerling slechts een deel van de opleiding heeft gevolgd zal er geen diploma uitgereikt worden maar een certificaat van deelname over de met goed gevolg afgelegde studieperiode. Daarmee vervalt het recht voor de student om yogalessen te geven als erkend Hatha yogadocent en tevens ook de verantwoording van YOGA ROOTS PARKSTAD
- c) Bij onvoorziene omstandigheden, door overmacht of calamiteit waardoor de leerling niet meer in staat is de opleiding af te maken, wordt de overeenkomst als beëindigd beschouwd en heeft de student recht op restitutie van het cursusgeld met ingang van de datum waarop dit feit aan YOGA ROOTS PARKSTAD bekend wordt gemaakt.
- d) YOGA ROOTS PARKSTAD is bevoegd eenzijdig de overeenkomst op te zeggen en te beëindigen, wanneer de student zich zo gedraagt dat mag worden aan genomen dat de belangen van YOGA ROOTS PARKSTAD of van andere studenten daardoor ernstig worden geschaad. De verplichting tot betalen van het lesgeld van het lopende jaar blijft bestaan.

8. Incasso interventie

Indien de leerling in gebreke blijft met betaling zal YOGA ROOTS PARKSTAD tot incassomaatregelen overgaan. Het nog te vorderen bedrag wordt verhoogd met de wettelijke rente en incasso en of andere interventiekosten.

9. Verantwoordelijkheid

- a) YOGA ROOTS PARKSTAD is niet verantwoordelijk voor vermissing, beschadiging of verdwijning van aan studenten toebehorende voorwerpen.
- b) De leerling is zelf aansprakelijk voor beschadigingen door hem/haar aanwijsbaar toegebracht aan de eigendommen van YOGA ROOTS PARKSTAD en aan de eigendommen in het pand waarin opleiding plaatsvindt en aan het pand zelf of aan de eigendommen van derden, hetzij moedwillig of door onvoorzichtigheid.
- c) Alle schade door de leerling toegebracht zal op kosten van de leerling worden hersteld.

10. Lestijden en locatie

- a) YOGA ROOTS PARKSTAD is gerechtigd om in geval van onvoldoende aanmeldingen of anderszins de lesdag of lestijd minimaal twee weken voor aanvang van de opleiding te wijzigen. Indien de leerling met deze wijziging niet kan instemmen, kan de leerling dit schriftelijk kenbaar maken en zal de overeenkomst, zonder kosten voor de leerling ontbonden worden. Gedane aanbetaling zal door YOGA ROOTS PARKSTAD worden terugbetaald.
- b) YOGA ROOTS PARKSTAD is gerechtigd in ernstige gevallen van overmacht de lestijden tussentijds te wijzigen. In een dergelijk geval van overmacht kan geen beroep worden gedaan op de ontbindende voorwaarde zoals genoemd onder lid a.
- c) De vakanties worden door YOGA ROOTS PARKSTAD vastgesteld en aan het begin van de opleiding bekend gemaakt.

11. Criteria voor Diploma toekenning

- a) Er gelden meerdere criteria voor het toekennen van het diploma ter afsluiting van de docentenopleiding. Ten eerste is er een aanwezigheidsverplichting per jaar van 85%. Het aantal lesdagen inclusief de yoga tweedaagse is 22 dagen van 6,5 effectieve uren. De gemiste lesdagen kunnen in een andere groep ingehaald worden.
- b) Het tweede criterium zijn de studieresultaten. De eindejaar toetsen moeten voldoende zijn, het lesgeven tijdens de opleiding moet een stijgende kwaliteits-lijn laten zien. De scriptie van de yoga en het werkstuk van de meditatie moet voldoende zijn. Het praktijkexamen moet goed gekeurd worden en voldoende bevonden worden door de commissie. Steeds is hierover contact tussen de student, de coördinator en de begeleidende docenten.
- c) De student blijft gedurende de opleiding zelf yogalessen volgen. Tijdens de opleiding moeten ze lessen hebben gevolgd van ten minste twee verschillende docenten. Met ingang van jaar 2 gaan zij zelf aan elkaar yogales geven.
- d) Bij het niet voldoen aan deze criteria kan geen diplomering plaats vinden.
- e) Herexamens en toetsing zijn mogelijk.

12. Auteursrechten

Het auteursrecht op het lesmateriaal van het opleidingsinstituut berust bij de respectievelijke docenten en schrijvers.

Op de readers zullen literatuurverwijzingen staan, indien er boeken of artikelen gebruikt zijn met auteursrecht. Ook betaalt YOGA ROOTS PARKSTAD zogenaamde reprorechten.

13. Lesmaterialen

YOGA ROOTS PARKSTAD bepaalt welke materialen, boeken en syllabi tijdens de opleiding worden gebruikt. Alles wat door YOGA ROOTS PARKSTAD wordt aangereikt wordt daarmee eigendom van de leerling. De lesstof en syllabussen mogen niet aan derden ter beschikking gesteld worden. Op het lesmateriaal is geen copyright van toepassing omdat de kennis in deze syllabussen niet rechtevreeks uit boeken gekopieerd is. Wel zijn er verplichte boeken die de leerling dient aan te schaffen. Uiteraard is hier wel copyright op.

14. De huisregels van YOGA ROOTS PARKSTAD

- a) De leerling verbindt zich tot het volgen van alle tot de opleiding behorende lessen.
- b) Het is de verantwoordelijkheid van de student zich te bekwamen in het aangeboden oefenmateriaal en de theorie te bestuderen.
- c) Bij verzuim wegens ziekte of anderszins dient de student hiervan onder opgave van reden voor aanvang van de les kennis te geven aan leiding van YOGA ROOTS PARKSTAD
- d) Etenswaren mogen niet genuttigd worden in de yogaruimte, wel in de daarvoor bestemde lounge.
- e) Bij YOGA ROOTS PARKSTAD geldt een algeheel rookverbod in alle ruimten.
- f) Het is verplicht om mobiele telefoons tijdens de lessen uit te schakelen.
- g) De leerling dient les en kleedruimte schoon en verzorgd achter te laten. De docenten hebben kennis van de huisregels.

15. Onenigheden

Bij geschillen tussen de student en YOGA ROOTS PARKSTAD over elk aspect dat samenhangt met of voortvloeit uit de getekende overeenkomst tussen YOGA ROOTS PARKSTAD en de leerling, kan een schriftelijke klacht worden ingediend welke gericht is aan een van de leidinggevenden van YOGA ROOTS PARKSTAD. De Directie is verplicht om zo snel mogelijk hierop te reageren. Klachten worden te allen tijde vertrouwelijk behandeld.

16. Privacy regeling

YOGA ROOTS PARKSTAD respecteert de privacy van de studenten en gaat zorgvuldig met hun gegevens om. Persoonlijke gegevens, N.A.W., worden in vertrouwelijkheid door de leerling verstrekt en ook zodanig behandeld. Naam en e-mailadres worden aan de medeleerlingen en aan de docenten doorgegeven. De docenten krijgen ook de adres- en telefoongegevens. De adres- en telefoongegevens worden alleen aan medeleerlingen van de opleiding verstrekt indien de leerling akkoord is.

Alle informatie wordt vertrouwelijk behandeld. Persoonlijke gegevens worden nooit, op welke wijze dan ook, aan derden doorgegeven of beschikbaar gesteld.

Beroepsperspectief/-mogelijkheden

De yogastudenten die de opleiding afgerond hebben kunnen een eigen praktijk voor yoga en meditatie starten. Ze zijn bekwaam om een goedlopende praktijk te beheren. Ook is het mogelijk om parttime les te geven naast een reguliere baan.

Er is ook ruime interesse bij het bedrijfsleven voor het geven van yoga aan hun medewerkers in het kader van de gezonde en vitale werksfeer. Er zijn tal van mogelijkheden in het bij en nascholen voor diverse doelgroepen. Denk hierbij aan yoga voor kinderen, yoga voor ouderen, yoga en kanker, yoga en reuma. Ook is het mogelijk om filosofiegroepjes op te richten waar de yoga en de yogafilosofie een centrale rol in spelen. In sportverenigingen etc., weet men tegenwoordig de yoga ook zeer te waarderen. Voor informatie over het starten van een eigen praktijk wordt bij het vak didactiek tijd gereserveerd. Allerlei aspecten van het ondernemerschap komen aan de orde zoals de Kamer van Koophandel, de belastingdienst en de BTW afdracht.

Een lidmaatschap van de Vereniging van Yogadocenten Nederland (VYN) biedt een netwerk van collega yogadocenten en geeft mogelijkheden om de kwaliteit als docent bij te houden. Ook kan hier een collectieve beroepsrisicoverzekering afgesloten worden, waardoor men voor veel risico's zoals letselschade e.d. verzekerd is.

Locatie

Docenten Opleiding Yoga Roots Parkstad
Valkenburgerweg 79, 6367 GT Voerendaal
T: 06-14358178 en 06-47991341
E-mail: info@yogarootsparkstad.nl
Internetadres: www.yogarootsparkstad.nl

Supplement

Vrijstellingen

Indien een leerling een eerdere opleiding heeft gevolgd bij een niet-erkende opleiding en aantoonbare ervaring heeft in het geven van lessen heeft, kan hij/zij instromen in de opleiding en/of vrijstellingen ontvangen van bepaalde vakken of modules. Hierbij moet overhandigd worden:

1. een kopie van het diploma.
2. Een lijst van de vakken van de genoten opleiding.
3. Bereid zijn de delen waarin niet geschoold is te leren (indien van toepassing: modules uit voorgaande leerjaren te volgen).
4. Bereid zijn om de ingehaalde vakken te laten toetsen.
5. Een bewijs overhandigen van de leservaring (waaronder c.v.)

Aspirant leerlingen die geschoold zijn op HBO-niveau medische kennis, bijvoorbeeld PLATO/CPION of HBO verpleegkundige/ fysiotherapeut, kunnen vrijstelling krijgen voor de medische vakken. Een toets kan verplicht zijn bij twijfel in geval van eventueel verouderde kennis.

Dit supplement wordt in de loop van de tijd bijgewerkt. Dit omdat er bij de toetsingscommissie geen regels voor instroming bepaald zijn. Wel lieert Opleiding tot Integraal Yogadocent Yoga Roots Parkstad de eindtermen van de docentenopleiding aan de normen voor professionaliteit zoals gehanteerd door Vereniging Yogadocenten Nederland.

Het streven bij Yoga Roots Parkstad is dat er ten alle tijden voldaan zal moeten worden aan de eindtermen van de opleiding.

Jouw Notities, naar aanleiding met onze kennismaking:

