

## Voor wie is deze opleiding?

Voor iedereen die met het kind te maken heeft in de ruimste zin van het woord. En dat kind zit in ieder van ons.

Bagage uit ons kindertijd remt onze persoonlijkheid.

Indrukken (vervuiling) uit de kindertijd doet ons vaak vergeten, waarvoor we op aarde kwamen.

Door de verbinding met de oorsprong, de geestelijke wereld leeft het kleine kind in het totaal, in begrippen en niet in woorden.

Het kind leert zich te verbinden met de stoffelijke wereld.

Zodra het IK zegt, begint het zelfgevoel zich te vormen en raakt het de verbinding met de oorsprong gedeeltelijk kwijt.

Het kleine kind bootst jou na en wordt gevormd door wat JIJ BENT.

## Inhoud van de opleiding:

1. Helen van het kind in jezelf, de wonden helen van onze kindertijd.
2. Inzicht krijgen in de lichamelijke, mentale en psychosociale processen van het kind vanuit de oosterse filosofie.
3. Het naar buiten brengen, ervaren en loslaten van iets wat je belemmerde en daardoor krijg je meer inzicht in je zelf (Wat is je zelfbeeld?).

*"Als je iets wil leren, lees erover."*

# Stichting Raja Yoga Energieontwikkeling

Opleidingsinstituut voor Kinderen, Volwassenen & Ouderen

Docent Kinder Yoga (DKY)

Het lesboek wat hoort bij de opleiding wordt door de Stichting verstrekt en is bij het lesgeld inbegrepen.

Het lesboek wat we gebruiken is gebaseerd op het holistische principe, het denken in gehelen en op het 8 stappenplan van de Yoga Sutra's van Patanjali aangepast aan het kind. Het totale beeld dus.

Voor naslag werk en praktische hulp is het wijs het boek "Yoga Dipika" van B.K.S. Iyengar (ISBN 90-6350-0289) aan te schaffen.

## Wat kan je met deze opleiding?

Het creëren van je eigen mogelijkheden door:

- Lesgeven b.v. eigen cursussen opzetten;
- Ook in scholen, ziekenhuizen, dat hangt van je achtergrond, je ondergrond af;
- Is dit dans, drama, psychologie ----- verbinden;
- Workshops geven voor scholen. Stichting Raja Yoga Energieontwikkeling tracht yoga ook in scholen te integreren.
- Bedrijven personeelsfeest, b.v. onder het noemer ter verbetering van de samenwerking onder personeel enz.

*"Als je iets meester wil worden, geef er dan les in".*

Verder wordt door de opleiding het over- en inzicht in je eigen innerlijke kind zeker praktisch vergroot door de behandelde theorie en oefeningen. Hierdoor (h)erken je alsnog de belemmeringen uit de kindertijd. Deze kunnen bewust opgepakt worden uit begrip. Hierdoor kan je ze zelf verder oplossen.

# Stichting Raja Yoga Energieontwikkeling

Opleidingsinstituut voor Kinderen, Volwassenen & Ouderen

Docent Kinder Yoga (DKY)

## Inhoud van de lessen:

's Morgens theorie/praktijk en 's middags wordt er een voorbeeld les gegeven.

De leeftijden variëren zo snel, doordat de kinderen niet meer in de groepen zijn in te delen, die men al jarenlang hanteert. Wij hanteren 3 leeftijd groepen, maar het hangt van het kind/ de jongere af:

- 1) 5/6 tot en met 9 jaar,
- 2) 9/10 tot en met 12 jaar, en
- 3) 12/13 tot --.

## Eisen toelating:

Dat hangt af van je interesse, je ondergrond(cursussen e.d.). Een yoga opleiding als ondergrond is meegenomen, maar door de verschillende opvattingen over yoga niet afdoende. In de 12 lessen krijg je een gedegen kinderyoga opleiding gebaseerd op Raja Yoga. Daarom is het ook belangrijk om op een informatie dag aanwezig te zijn.

Er wordt van je verwacht dat je aan alle lessen deelneemt (alleen bij hoge uitzondering kan een les gemist worden). Elke les is belangrijk, doordat ze een geheel vormen. Als je dus een les mist, mis je een stukje van het geheel, Elke maand krijg je een opdracht, die je uitvoert. Je bent dus echt een heel jaar bezig, die tijd heb je ook nodig, omdat pas halverwege de opleiding en soms nog later, het thema van je scriptie duidelijk wordt.

## Examen

Het schrijven van je scriptie (kind en yoga) met een onderwerp naar eigen keuze. En het schriftelijk voorbereiden, en geven van een yogales aan kinderen (praktische toets).

*"Als je iets wilt begrijpen, schrijf erover."*

Een diploma ontvang je:

- als de opdrachten JUIST zijn uitgewerkt;
- als in de scriptie RELATIE yoga en kind duidelijk naar voren komt;
- als de PRAKTISCHE toets, dus lesgeven aan kinderen en/of jongeren juist is uitgevoerd;
- als in de scriptie duidelijk JOUW inzicht over het gekozen onderwerp naar voren komt;
- als je ALLE lessen aanwezig bent geweest.

**Kosten:** Totale kosten van de opleiding Euro 900,=. Inschrijfgeld Euro 150,= overmaken voor aanvang van de eerste les . De resterende maandelijkse termijnen van Euro 75,= te betalen per 1<sup>e</sup> van de maand (10 keer). Liefst te voldoen via automatisch incasso. Andere termijnen (1/2/4) mag ook. De opleidingskosten zijn aftrekbaar van de belasting.

**Lestijden:** De 3<sup>de</sup> zondag van de maand van 11.00 tot 16.00. Er zijn 13 maandelijkse lessen. De eerste les begint in mei 2014. De lesrooster wordt tijdens informatie dag uitgedeeld.