



de Blikopener
yoga opleidingen



Vereniging
Yogadocenten
Nederland

Voor onderstaande activiteiten, aanmelding en verdere informatie kun je mailen naar huisunisis@gmail.com of bellen naar: 0135356137.

De hieronder vermelde BIJSCHOLINGEN zijn erkend volgens de richtlijnen van De Vereniging voor Yogadocenten Nederland



OPEN DAG en INSTROOMAVOND - 1e jr de Blikopener yoga opleidingen

Een reis begint altijd met een eerste stap... Je kunt met ons kennismaken op de Open Dag en/of op de instroomavond bij het 1e jr.

De opleiding tot Hatha –en Rajayogadocent(e) is ontstaan vanuit de behoefte om het ‘zelf’ beoefenen van yoga aan te wakkeren. Zo kunnen ervaring, inzicht en enthousiasme een liefdevol fundament worden in jouw leven, dat je altijd kunt doorgeven.

DATA/TIJDEN: Open Dag op zon 23 aug van 10.30 - 13 u

Proeven bij de 1^e jrs ma 31 aug (19 - 22 u). Instroom is direct mogelijk en uiterlijk t/m 1 nov 2026.

KOSTEN: Beide dagdelen zijn kosteloos.

VOOR WIE ?: Iedereen die interesse heeft in yoga is welkom.



YOGA VERVOLGOPLEIDING

De Vervolgopleiding verwelkomt iedereen die na de yoga opleiding verlangt naar extra verdieping en integratie. Aan bod komen: Hatha (houding), Kriya en Pranayama (levenskracht), Bhakti (overgave), Karma (handeling), Mantra en Jnana (geluid en inzicht), Raja (geesteshouding en zelfwaarneming) en Samadhi (meditatie en contemplatie).

DATA/TIJD: 7 bijeenkomsten op vrijdag (11.15 – 14.15):

25 sep, 30 okt, 27 nov 2026, 22 jan, 19 feb, 12 mrt, 9 apr 2027

DOCENTE: Natasja de Senerpont Domis

VOOR WIE ?: De Vervolgopleiding is voor degenen die een erkende opleiding hebben afgerond.

KOSTEN: € 425,- (incl. dictaten plus 7 extra online of fysieke yogalessen)



YOGASPECIALISATIES op di-ochtend: YOGA en CAKRA'S

Aan de hand van asana's leer je de chakra-eigenschappen kennen op fysiek gebied, waarbij ook de klierwerking aan bod komt. Dit ga je verfijnen d.m.v. mudra's, adem, klank, kleur, beeld en meditatie. We werken steeds met de 7 hoofdchakra's: Muladhara (bestaanswil), Svadisthana (voortbestaan), Manipura (wil-vaardigheid), Anahata (belangeloze liefde), Vishuddha (expressie), Ajna (intuïtie) en Sahasrara (inspiratie).

DATA/TIJD: di (10 - 12 u): 6 - 20 okt, 3 - 17 nov, 1 dec 2026 en 5 - 19 jan 2027

VOOR WIE ?: Iedereen is welkom...

DOCENT: Natasja de Senerpont Domis

KOSTEN: € 235,- (incl. dictaten)