

**YOGA OP DE STOEL VOOR YOGADOCENTEN  
WORKSHOP - 21 JUNI 2019 - ENSCHEDE**  
Thema: mensen die zorgen voor een ander



**Wat biedt deze workshop jou als yogadocent**

- Kennismaken met yoga op de stoel
- Kennismaken met yoga voor mensen met fysieke- en/of beweegcondities
- Nieuwe yoga doelgroepen aanspreken
- Kennismaken met een self-care aanbod
- Kennismaken met een mantelzorgaanbod

Deze workshop is bedoeld om kennis te maken met Yoga op de Stoel. Dit is tevens een kennismakingsaanbod met het KRI gecertificeerde Programma Yoga voor Mantelzorgers. Naast het beoefenen van yoga vindt uitwisseling plaats over thema's van mensen die zorgen. Hierdoor kunnen mensen meer self-care en bewustwording ontwikkelen in hun zorgtaak.

Locatie: Enschede

Tijd: 13.30 - 16.00 uur

Kosten: 45,00 euro

Voor informatie of aanmelding mail je naar: [info@yogavoormantelzorgers.nl](mailto:info@yogavoormantelzorgers.nl)

-----

**YOGADOCENTEN TRAINING**

**PROGRAMMA YOGA VOOR MANTELZORGERS**

Voor yogadocenten die willen werken met het Yoga Programma voor Mantelzorgers is er een KRI gecertificeerde Training op basis van Kundalini Yoga.

Op 1 november een middag grondbeginselen Kundalini Yoga voor docenten uit andere yogatradities. Vervolgens het Programma op 2 en 3 november + 23 en 24 november 2019. Dit programma is geschikt voor yoga op de mat en yoga op de stoel.

Voor informatie of het aanmeldingsformulier mail je naar: [info@yogavoormantelzorgers.nl](mailto:info@yogavoormantelzorgers.nl)

Ivonne Wopereis, [www.YogaNatuurlijk.org](http://www.YogaNatuurlijk.org)

Monique Siahaya - Amrit Kriya, [www.YogaNamo.nl](http://www.YogaNamo.nl)