



AYUR YOGA<sup>TM</sup>  
BALANS IN JE LEVEN & BEWUST ZIJN

# Nieuwsbrief

De voorbereidingen voor onze nieuwe opleiding **AYURYOGA** zijn in volle gang en graag houden wij je op hoogte van ontwikkelingen en wetenswaardigheden. Allereerst zijn wij officieel erkend door de Yoga Alliance International (YAI) en naast onze erkenning als beroepsopleiding (CRKBO/CPION) is dit een mooie mijlpaal voor **AYURYOGA**.

Hieronder vind je verdere informatie over **AYURYOGA**. We nodigen je uit de transformatie van Ayurveda & Yoga te ervaren...  
Wij zien ernaar uit je weer te ontmoeten!

Met hartelijke groet van Anil.K. Mehta en Marilyn Verkleij

## Inhoud Nieuwsbrief

- 2e leslocatie Ayuryoga bekend
- **Ayuryoga Workshop** in Utrecht op zondagmiddag **15 Juni 2014** voor aankomende Ayuryoga studenten en diegenen die overwegen zich op te geven voor de Ayuryoga Opleiding
- Ayurveda & Ayuryoga dagen
- Open dagen Ayuryoga & Ayurveda opleidingen
- Lesdagen Ayuryoga leerjaar 1 (2014/2015)



### 2<sup>e</sup> Leslocatie Ayuryoga bekend

Naast de leslocatie van het Ayurvedisch Gezondheidscentrum (AGN) aan de Thijssestraat 16 in Den Haag waar alle lesdagen plaatsvinden die theorie zal worden behandeld en uitgewisseld, hebben we gezocht naar een geschikte locatie in het centrum van

het land om de praktische onderdelen van Yoga te kunnen geven. We hebben hiervoor een prachtige locatie aan de rand van het Centrum van Utrecht gevonden. Dit is een voormalig klooster uit 1422, dat nog steeds de weldadige rust van het klooster uitademt. Het is gelegen aan de Doelenstraat 42 in een ommuurde en beschutte binnentuin in een zijstraat van de gezellige Twijnstraat en de Oude Gracht. De locatie is goed te bereiken met het openbaar vervoer als ook met de auto. Het is mogelijk om op 10 minuten wandelen van de locatie gratis te parkeren en daarnaast is op de meeste zondagen parkeren nabij gratis.



### Ayuryoga workshop

Voor aankomende studenten & geïnteresseerden in de **AYURYOGA OPLEIDING** is er een workshop op zondag 15 Juni in Utrecht. Ben je een aankomend **STUDENT AYURYOGA** of overweeg je je op te geven voor de **AYURYOGA OPLEIDING** en wil je graag een **AYURYOGA** middag proeven en ervaren op de prachtige leslocatie in Utrecht? Kom dan naar de **AYURYOGA WORKSHOP** in Utrecht op zondag 15 Juni van 13.00 –17.00 uur.

*Elementen van deze dag:*

Inleiding van dhr. Anil. K. Mehta over de transformatieve waarde van de integratie Ayurveda en Yoga in jouw leven.

- Een lange integrale yoga les met centreren, ademhalings-oefeningen, yoga houdingen goed voor alle dosha's (ayurvedische constituties), geleide ontspanning en meditatie.

- Deze workshop is bedoeld voor die mensen die zich reeds hebben opgegeven en voor mensen die overwegen zich op te geven voor de **AYURYOGA OPLEIDING** die zal starten in september 2014. Voor deze deelnemers is deze workshop kosteloos. Geef je snel op want vol = vol!
- Wil je gewoon een **AYURYOGA WORKSHOP** meemaken zonder dat je voornemens bent de opleiding te volgen dan verwijzen we je naar aankomende **AYURYOGA WORKSHOPS**, data van deze workshops volgen in de volgende nieuwsbrief. Ook kun je al een mailtje naar Marilyn Verkleij (zie hieronder) sturen om je interesse kenbaar te maken.



#### Aanmelden?

Stuur een email naar [marilyn.verkleij@outlook.com](mailto:marilyn.verkleij@outlook.com) en vermeld daarin als onderwerp van je email: aanmelding Ayuryoga workshop 15 Juni en in de mail je naam en contactgegevens.

#### Open-en informatie Dagen Ayurveda & Ayuryoga

Zien wat Ayurveda & Yoga voor u kan betekenen, informatie over opleidingen en gesprek met docenten en ayurvedische arts, kom dan naar onze Ayurveda Dag in Breda of Alkmaar. Voor meer informatie zie onze website: [www.eisra.nl](http://www.eisra.nl) bij open dagen beneden aan de webpagina.

#### Ayurveda Dag 12 april 2014 in Breda

Monseigneur Nolensplein 1 (Kerk), 4812 JD Breda

#### Ayurveda Dag in Alkmaar 14 Juni, Wijkcentrum Daalmeer

Johanna Naberstraat 77B, 1827 LB Alkmaar.

#### Open dagen Ayurveda & Ayuryoga Opleidingen Den Haag

Wij heten u van harte welkom op:

- Zaterdag 24 mei 2014 (15.00-17.00 uur)
- Zaterdag 21 juni 2014 (15.00-17.00 uur)

Het programma begint om 15.00 en duurt tot 17.00 uur. U bent van harte welkom om kennis te maken met onze verschillende opleidingen.

#### Ons programma:

Een korte lezing over **AYURVEDA EN AYURYOGA**. Een presentatie over onze diverse opleidingen. Mogelijkheid tot het stellen van al uw vragen.

#### Aanmelden open dagen:

Stuur een email naar [info@agn-ayurveda.com](mailto:info@agn-ayurveda.com) en vermeld daarin als onderwerp van je email: aanmelding open dag + datum dat je komt en in de mail je naam en contactgegevens



**AYT&T**  
AYURVEDIC YOGA TEACHER & THERAPIST



#### Les dagen Ayuryoga leerjaar 1 (2014/1015)

In leerjaar 1 (2014/2015) zijn er 16 AYURYOGA lesdagen die zullen plaatsvinden op zaterdagen en zondagen, hiervan zullen er aantal weekenden (lesaangebod op zowel de zaterdag als de zondag) zijn. Daarnaast zijn er 4 lesdagen Medische basiskennis in leerjaar 1. Deze worden aangeboden in 2 weekenden waarvan 1 weekend zal plaatsvinden in een weekend in Februari 2015 en 1 weekend in Maart 2015.

#### Lesdata **AYURYOGA 2014/2015**

(Onder voorbehoud van wijzigingen)

#### **September 2014:**

Zaterdag 6 September

Zondag 7 September

#### **Oktober 2014:**

Zondag 5 oktober:

#### **November 2014:**

Zondag 16 november

#### **December 2014:**

Zondag 14 december

#### **Lesdagen 2015:**

De lesdagen **AYURYOGA** en Medische basiskennis zullen plaatsvinden in weekenddagen en de indeling hiervan is als volgt. Onder voorbehoud van wijzigingen.

Januari 2015:	3 lesdagen <b>AYURYOGA</b>
Februari 2015:	1 lesdag <b>AYURYOGA</b> + 2 lesdagen <b>MEDISCHE BASISKENNIS (MKB)</b>
Maart 2015:	1 lesdag <b>AYURYOGA</b> + 2 lesdagen <b>MEDISCHE BASISKENNIS (MKB)</b>
April 2015:	2 lesdagen <b>AYURYOGA</b>
Mei 2015:	3 lesdagen <b>AYURYOGA</b>
Juni 2015:	1 lesdag <b>AYURYOGA</b>

Met vriendelijke groet