

# Manju Pattabhi Jois



## TEACHER TRAINING

ASHTANGA YOGA 7 dagen

Maandag 24 juli t/m

Zondag 30 juli 2023

## “The best of Manju Jois”

Vele discussies zijn er gaande over de Vinyasa's tussen de Asana's en hoe deze onderwezen worden. Wil je zelf ervaren hoe de traditionele reeksen in elkaar zitten en hoe je houdingen kan aanpassen/vereenvoudigen, kom dan naar deze Teacher Training. Het unieke is dat je alle vragen kan stellen aan Manju Jois zodat er geen verwarring meer zal zijn.

In deze week wordt een mix gemaakt van alle hoogtepunten uit Teacher Trainingen die Manju de afgelopen 50 jaar wereldwijd heeft gegeven. In deze 5 dagen zal Manju veel van zijn kennis samenvatten. De teacher training is toegankelijk voor iedereen die Ashtanga Yoga beoefent, lessen doceert of wilt gaan doceren. Manju Jois, staat bekend om zijn “healing hands” en zijn “precise adjustments”.

- ❖ Diepgaande persoonlijke practice
- ❖ Yoga Therapie
- ❖ Differentiaties
- ❖ Volledige 1ste series
- ❖ Introductie 2de series
- ❖ Asana's en Vinyasa's
- ❖ Adjustments
- ❖ Chanting en Pranayama's

De lesdag sluiten we af met de unieke Pranayama technieken, de traditionele Ashtanga Chanting en het beantwoorden van vragen. Je krijgt een prachtig manual waar tijdens de training gebruik van gemaakt wordt. Na voltooiing ontvang je een certificaat van deelname.

- Datum:** 24 juli t/m 30 juli 2023 van 9.00 – 14.00 uur
- Locatie:** Sport- en Ontmoetingscentrum Schuttershof,  
Kanonweistraat 30 Domburg (gratis parkeren)
- Kosten:** €790,- voor 7 dagen - losse lesdag €150,-  
Het aantal plaatsen is beperkt, reserveer met een  
aanbetaling van €250,-.
- Inschrijven:** [awg@zeelandnet.nl](mailto:awg@zeelandnet.nl)
- Informatie:** [www.ashtanga-academy.nl](http://www.ashtanga-academy.nl) of +31(0) 681664463

# AYA

ASHTANGA YOGA ACADEMY  
THE NETHERLANDS - BELGIUM  
Authorized by Manju Jois