



100u Advanced Align & Flow Yoga Teacher Training

Een traject om te
verdiepen en te verfijnen

30 Okt '27
5 Febr '28





100-Hour Continuing Education & Advanced Teacher Training



Je 200-uren yogadocentenopleiding is een prachtig begin, maar slechts het **fundament** van je ontwikkeling als docent.

We weten als geen ander dat de eerste jaren voor de groep vaak gepaard gaan met twijfel. Hoe geef je heldere instructies? Hoe zie je wat een lichaam nodig heeft? Wanneer corrigeer je, wanneer laat je los?

Hoe creëer je lessen die niet alleen technisch sterk zijn, maar ook inspireren en raken?

Zelfvertrouwen ontstaat niet enkel door méér theorie, maar door verdieping, herhaling en veel praktijkervaring.

Deze 100-uren Advanced Align & Flow Teacher Training helpt je om je vaardigheden als docent naar een hoger niveau te tillen.

Je verfijnt je observatievermogen, verdiept je kennis van alignment en biomechanica, ontwikkelt een krachtigere manier van lesgeven en leert studenten nog veiliger en doeltreffender begeleiden.

Naast technische verfijning verdiepen we ons ook in de rijke filosofische en energetische tradities van yoga, zodat je lessen meer diepgang, authenticiteit en betekenis krijgen.

Wat leer je?

Filosofie

- Verdieping in de Vāthulanātha Sūtras

Anatomie

- De Deep Frontal Line in theorie én praktijk

Energetische anatomie

- De Tantrische Kośa's
- De Tantrische Chakra's

Prāṇāyāma

- Verdieping van ademtechnieken
- Integratie van prāṇāyāma in je yogalessen

Meditatie

- De drie benaderingen:
 - Āṇava
 - Śākta
 - Śāmbhava

Āsana & Alignment

- Verdiepen en verfijnen van alignment
- Intelligent en veilig lesgeven

Lesopbouw & Theming

- Lessen opbouwen rond een krachtig thema
- Filosofie en praktijk op natuurlijke wijze integreren

Observatie & Adjustments

- Biomechanica van het lichaam leren lezen
- Hands-on adjustments
- Verbale adjustments
- Studenten individueel begeleiden





Journeys of Bliss – Malaucène (Provence)

Intensieve Opleidingsweek

- Zaterdag 30 oktober t.e.m. zaterdag 6 november 2027
- 68 contacturen



Body Atelier Kortrijk

- Zaterdag 4 & zondag 5 december 2027
 - Zaterdag 15 & zondag 16 januari 2028
 - Eindexamen: zaterdag 5 februari 2028
-

Christel Meulebroeck



- ERYT®500 Yoga Alliance
- Certified Anusara® Yoga Teacher
- Yin Yoga teacher
- Tantric meditatie begeleider

Benny Demeulenaere



- Align & Flow Yoga Teacher
- Kinesithérapeute
- Shiatsu Therapeut
- Adem Therapeut
- Koude begeleider

Investering



Early Bird

€ 2.099

Bij inschrijving én betaling vóór 30 juni 2027

Standaard prijs

€2.299

Betalingsmogelijkheden

- 3 termijnen van € 780
- 6 termijnen van € 390

Cerficering

Na succesvolle afronding ontvang je een

100-Hour Continuing Education / Advanced Teacher Training Certificate,
geschikt als verdere professionele verdieping voor yogadocenten.



*"Great teachers are not those who know the most, but those who continue
to refine the way they see, feel and guide others."*