

Inge Peeters

Vanaf jongs af aan draag ik een passie bij mij voor de schoonheid en de mysterie van de mens. Rond mijn 20-er jaren leidde deze passie mij naar het pad van yoga. Om mij

meer onder te dompelen in yoga ben ik in 2014 naar India gegaan. Ik wilde ervaren hoe het was om een maand lang dagelijks yoga te doen, te eten volgens de Ayurvedische (indische geneeskunde) richtlijnen en teachings te ontvangen van een echte yoga meester. Na deze reis kwam ik, ongepland, thuis met een yoga teacher diploma en een vuurtje wat in mij brandde om zelf yoga les te gaan geven. Verschillende opleidingen volgde ik met veel liefde en nu sta ik dagelijks op mijn yoga mat. Ofwel om les te geven of om mijn eigen practice te doen. Yoga is mijn manier om rust te creëren in mijn lichaam en hoofd. Gespannen plekken in mijn lichaam te laten verzachten en in contact te komen met de schoonheid, stilte en mysterie die in ons alle schuilt. Met mijn yoga lessen wil ik jullie dit zelfde gevoel geven. Ik streef er altijd naar een veilige sfeer te creëren zodat je durf los te laten en te zakken in de stilte in jezelf. Ik laat mij graag raken door mooie muziek en dit zal je ook vaak terug horen in mijn lessen.



Achtergrond van Inge in Yoga:

2014: Traditionele Tantra Yoga, 200 hour
Goa, India

2014-2015 Yin Yoga, 200 hour
Amsterdam, Nederland

2016-2017 Kundalini Yoga level 1, 200 hour
Drenthe, Nederland

Inge zal de lessen Yin Yoga en de Kundalini Yoga verzorgen tijdens de yogaweekenden.



Suzanne Mooij

Ik ben geboren in een gezin waar de connectie tussen lichaam en geest veel aandacht kreeg (vader psycholoog, moeder yoga docent). Mijn beroepskeuze en scholing heeft deze basis verder ontwikkeld, (ik heb oa de 5 jarige opleiding voor body/mind therapeut afgerond, de Reiki master graad behaald en mij ontwikkeld in opstellingen werk.) Ik ben dagelijks in de natuur om de connectie met mijn levenskracht te versterken. Dat is ook de kern van mijn werk; verbinding met jezelf en de omgeving verdiepen en versterken.

Suzanne zal de stiltewandeling en de inspiratieles verzorgen tijdens de yogaweekenden.



Marit Visser

Na jarenlang intensief sporten, deed ik een yogales op een sportschool. Ik was geraakt door het effect dat de yoga op mij had! De yoga gaf me zo'n fijn gevoel, een heel ander gevoel dan dat ik had na het sporten. Ik werd nieuwsgierig en besloot me in de yoga te verdiepen. Ik koos voor de Raja Yoga opleiding in Amsterdam. Ik leerde dat yoga veel meer is dan een

serie houdingen. De vier jaar opleiding heb ik ervaren als een enorm ontwikkelingsproces. Ik kreeg niet alleen een betere houding en een krachtiger lichaam. Ik leerde ook steeds beter in contact te staan met mezelf. Ik voelde meer rust in mijn hoofd en lichaam. Ik leerde te luisteren naar mijn hart en te vertrouwen op mijn intuïtie.

Yoga werd mijn passie, mijn manier van leven. Zoals het poetsen van je tanden een vast onderdeel is van je dag, is het dagelijks op mijn yogamat staan dat voor mij ook.

Ik besloot om van mijn passie deels mijn werk te maken. Inmiddels geef ik ruim vier jaar yoga les op verschillende plekken in Haarlem. Mijn doel is om anderen te leren de rust en stilte in zichzelf te vinden. Een plek in jezelf, waar je altijd naar terug kunt keren als je dat wil.

Achtergrond van Marit in Yoga:

2012-2016 Raja Yoga, 500 hour
Amsterdam, Nederland

2015 Yin Yoga, 100 hour
Woerden, Nederland

Marit geeft de lessen Yoga Nidra en Vinyasa Flow Yoga tijdens de yogaweekenden.