
CHAKRA TRAINING

RASHNA TJIKHOERI

Wat leuk dat je interesse toont in deze training. Deze chakra training is een zeer complete training die verder gaat dan de meeste chakra trainingen. Een unieke training die in het teken staat van bewustzijn en inzicht die kan leiden tot persoonlijke groei en ontwikkeling. Voor zowel de yoga, meditatie en yoga nidra docent als voor degene die op persoonlijk vlak wil groeien en ontwikkelen.

Gedurende acht weken ontvang je eenmaal per week lesmateriaal. Elke week staat er een chakra centraal. In de laatste week wordt alles samen gebracht.

De Chakra leer is de leer omtrent de energiecentra in ons lichaam. Bewustzijn en inzicht op dit vlak kunnen leiden tot diepgaande innerlijke transformaties.

Inhoud van de training:

- * acht werkboeken die online ingevuld kunnen worden
- * zeven geleide meditaties (een per chakra)
- * yoga nidra audio opname van ruim 48 minuten (geleide meditatie)
- * online dagboek dat online ingevuld kan worden
- * lesmateriaal over de verschillende chakra's
- * informatie over chakra's en waarom het belangrijk is om hier inzicht in te hebben
- * informatie over welke etherische oliën passen bij de verschillende chakra's
- * informatie over welke stenen passen bij de verschillende chakra's
- * aandachtsgebieden voor de verschillende chakra's. Dit gaat verder dan de 'standaard' thema's die doorgaans genoemd worden als het over chakra's gaat. Je leert over bijbehorende thema's voor zowel de voor- als achterzijde van chakra's
- * informatie over yantra's (visueel hulpmiddel) per chakra
- * informatie over klanken per chakra
- * en nog veel meer...

Na de training ben je in staat:

- * om de leer van de chakra's te integreren in jezelf en je leven
- * de chakra leer integreren in (yoga-)lessen of tijdens (coachings-) sessies met cliënten
- * om jezelf en anderen te begeleiden op het gebied van innerlijke balans en vrede
- * en nog veel meer...

Deze training is zowel online als privé op locatie te volgen. Volg je deze training online, dan betaal je € 299,-. Privé en op locatie betaal je voor deze training € 499,-. Alle bedragen zijn inclusief lesmateriaal en 21% btw. Op locatie in Gouda wordt de thee verzorgd. Op alle andere locaties worden reiskosten in rekening gebracht.

Ook is het mogelijk om deze training versneld te volgen. Vraag naar de mogelijkheden en voorwaarden als je interesse hebt in deze optie.

Opgeven voor deze training kan via <https://www.rashna.nl/contact>.

Namaste; Rashna