

## **RODGER | Eigenaar studio**

Als yoga enthousiast onderwijs ik yoga voor iedereen. Iedereen is anders, geen lichaam hetzelfde dit is het uitgangspunt van elke les die ik in mijn studio of onder mijn yoganaam “Bhaskaraya Yoga” elders geef. Via de website geef ik je graag informatie over mijzelf de lessen die ik geef en mijn visie op yoga en anatomie. Uitleg over Asana's (houdingen), Pranayama (ademhalingsoefeningen), meditatie, dieet, hersenspansels en meer. Voor dagelijkse posts van mijn persoonlijke yoga proces kun je doorklikken naar instagram of facebook.

Ik hoop dat ik jou mag inspireren en kan laten zien wat yoga voor mij betekent en wat voor toegevoegde waarde het kan hebben in je dagelijks leven. Ik zie je graag in mijn studio of we maken een afspraak voor een personal yoga plan. Heb je vragen over een les, een blog of wil je een ervaring delen in de reviews neem gerust contact op via de website, e-mail, of telefoon/whatsapp.

**ॐ Shanti.**

---

### **Opleidingen/Workshops |**

- \*200hr Hatha Yoga TT Khajuraho, India (2016)
- \*850hr Yin Yoga TT The Functional Yoga Teacher Training (2016/'18/'21/'22)
- \*200hr Vinyasa TT The Functional Yoga Teacher Training (2019)
- \*75hr Restorative TT Veda Ela Yoga (2019)
- \*25hr Workshop TCTSY Trauma Sensitive Yoga Alexandra Cat (2018)
- \*Perfect Pilates Trainer 1 (2018)
- \*Traditional Hatha Yoga Immersion For Prana Enhancement and Inner Radiance (2019)
- \*50hr Philosophy Bhagavad Gita TT The Functional Yoga Teacher Training (2021)
- \*50hr Philosophy Training Neijing Tu with Paul Grilley (2022)
- \*Medische Basis Kennis (MBK) TCM Academie Nederland ('22/'23)
- \*Traditionele Chinese Geneeskunde TCM Academie Nederland ('22/'26)