



Saswitha Opleiding  
voor Yoga en Wijsbegeerte

## LESROOSTER 2022-2023

(#8 – 26 aug 2022)

wk.nr.	dag >	ma	di		wo	do	vr			za		zo
	tijd-zaal >		O-g	M-g			O-g	O-k	M-g	O-g	M-g	
34		<b>22</b>	<b>23</b>		<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>			<b>27</b>		<b>28 open dag</b>
35	aug/sept	<b>29</b>	<b>30</b> DV-1 CV-1		<b>31</b>	<b>1</b>	<b>2</b> AY-1 CP-1			<b>3</b> DV-1 CV-1		<b>4 open dag</b>
36	september	<b>5</b> AB-1 online	<b>6</b> BJ-1 AA-1		<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b> AA-1 ZY-1 YO-1			<b>10</b> BJ-1		<b>11</b>
37		<b>12</b>	<b>13</b> DV-2 CV-2		<b>14</b>	<b>15 S-yantra-1</b>	<b>16</b> AY-2 CP-2			<b>17</b> DV-2 SB CV-2		<b>18</b>
38		<b>19</b> AB-2 online	<b>20</b> BJ-2 AA-2		<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b> AA-2 ZY-2 YO-2			<b>24</b> BJ-2		<b>25</b>
39	sept/okt	<b>26</b>	<b>27</b> DV-3 CV-3		<b>28</b>	<b>29 S-yantra-2</b>	<b>30</b> AY-3			<b>1</b> DV-3 <b>W-CP</b> CV-3		<b>2 W-CP</b>
40	oktober	<b>3</b> AB-3 online	<b>4</b> BJ-3 AA-3		<b>5</b>	<b>6</b> MC-1	<b>7</b> AA-3 ZY-3 YO-3			<b>8</b> BJ-3		<b>9</b> YW-1
41		<b>10</b> <b>Yoga Nidra</b>	<b>11</b> DV-4 CV-4		<b>12</b>	<b>13 S-yantra-3</b>	<b>14</b> AY-4 YO-4			<b>15</b> DV-4 CV-4		<b>16</b> <b>Kriya Yoga</b>
42		<b>17</b> AB-4 online	<b>18</b> BJ-4 AA-4		<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> AA-4 ZY-4 CP-3			<b>22</b> BJ-4 CP-3*		<b>23</b>
43		<b>24</b>	<b>25</b>		<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>			<b>29</b>		<b>30</b>
44	okt/nov	<b>31</b>	<b>1</b> DV-5 CV-5		<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b> AY-5 CP-4			<b>5</b> DV-5 CV-5		<b>6</b>
45	november	<b>7</b> AB-5 online	<b>8</b> BJ-5 AA-5		<b>9</b>	<b>10</b> MC-2	<b>11</b> AA-5 ZY-5 YO-5			<b>12</b> BJ-5		<b>13</b> YW-2
46		<b>14</b>	<b>15</b> DV-6 CV-6		<b>16</b>	<b>17</b>	<b>18</b> AY-6 CP-5			<b>19</b> DV-6 CV-6		<b>20</b>
47		<b>21</b> AB-6 online	<b>22</b> BJ-6 AA-6		<b>23</b>	<b>24 P1, P2</b>	<b>25</b> AA-6 ZY-6 YO-6			<b>26</b> BJ-6		<b>27</b>
48	nov/dec	<b>28</b>	<b>29</b> DV-7 CV-7		<b>30</b>	<b>1</b>	<b>2</b> AY-7 CP-6			<b>3</b> DV-7 CV-7		<b>4</b>
49	december	<b>5</b>	<b>6</b> BJ-7 AA-7		<b>7</b>	<b>8</b> MC-3	<b>9</b> AA-7 ZY-7 YO-7			<b>10</b> BJ-7		<b>11</b> YW-3
50		<b>12</b> AB-7 online	<b>13</b> DV-8 CV-8		<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b> <b>YO-8</b> CP-7			<b>17</b> DV-8 CV-8		<b>18</b> <b>AA-di-8</b>
51		<b>19</b>	<b>20</b> BJ-4* CV-4*		<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b> AA-4* ZY-4* YO-4*			<b>24</b>		<b>25</b> <i>Kerst</i>
52	dec/jan	<b>26</b> <i>Kerst</i>	<b>27</b>		<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>			<b>31</b>		<b>1</b>

### Betekenis van de afkortingen:

O=ochtendgroep M=middaggroep  
-g=grote zaal, -k=kleine zaal  
W=themaweekend BJ,DV,CV,YA  
P1=praktijkexamen 1 (DV)  
P2=praktijkexamen 2 (vierdejaars)  
SB=scriptiebegeleiding

### Basisopleiding

BJ=basisjaar  
DV=didactische vorming

### Verdieping

CV=chakravidya

### Specialisatie

CP=chakrapyschologie  
ZY=zwangerschapsyoga

### Cursussen (modules)

AA=adem en ademtherapie  
AB=ayurvedische beginselen  
AM=ayurvedische massage  
AP=adem en prānāyāma  
AY= anatomie en yoga  
YK=yoga voor kinderen en jongeren  
YM=yoga en meditatie  
YO=yoga voor ouderen  
YW=yoga en wijsbegeerte

### Workshops

Adem=Yoga en adem  
FZ (filosofie op zondag) = YW als  
losse lesdag  
ZG=Zonnegroet

Data met een \* zijn reservedata ivm  
mogelijke roosterwijzigingen

Voor lestijden z.o.z

### Bijscholingen

MC=masterclass yogadocenten  
YB=yoga en bewegingsleer  
Y-ond=yoga en ondernemerschap 3x  
W-YA=weekend yoga en ayurveda  
S-yantra= special: yantra schilderen  
Yoga Nidra, startdatum  
Kriya Yoga, startdatum

**Wijzigingen voorbehouden**

# LESROOSTER 2022-2023

vervolg

wk.nr.	tijd-zaal >	ma	di	wo	do	vr	za	zo
		M-g	O-g M-g			O-g O-k M-g M-k	O-g M-g	
1	januari	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>
2		<b>9</b>	<b>10</b> BJ-8 CV-9	<b>11</b>	<b>12</b> MC-4	<b>13</b> AY-8 CP-8	<b>14</b> BJ-8 CV-9	<b>15</b> AA-vr-8
3		<b>16</b> AM-1	<b>17</b> DV-9	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b> YO-8* ZY-8 YK-1 AB-1online	<b>21</b> DV-9	<b>22</b> YW-4
4		<b>23</b>	<b>24</b> BJ-9 CV-10	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b> AP-1 AY-1 CP-9	<b>28</b> BJ-9 CV-10	<b>29</b> AB-8
5	jan/febr	<b>30</b> AM-2	<b>3</b> DV-10	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b> YM-1 ZY-9 YK-2 AB-2online	<b>4</b> DV-10 <b>W-CV</b>	<b>5</b> <b>W-CV</b>
6	februari	<b>6</b>	<b>7</b> BJ-10 CV-11	<b>8</b>	<b>9</b> MC-5	<b>10</b> AP-2 AY-2 CP-10	<b>11</b> BJ-10 CV-11	<b>12</b>
7		<b>13</b> AM-3	<b>14</b> DV-11	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b> YM-2 ZY-10 YK-3 AB-3online	<b>18</b> DV-11	<b>19</b> YW-5
8		<b>20</b>	<b>21</b> BJ-11 CV-12	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b> AP-3 AY-3 CP-11	<b>25</b> BJ-11 CV-12	<b>26</b>
9	feb/mrt	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
10	maart	<b>6</b> AM-4	<b>7</b> DV-12	<b>8</b>	<b>9</b> MC-6	<b>10</b> YM-3 ZY-11 CP-12 AB-4online	<b>11</b> DV-12 <b>W-BJ</b>	<b>12</b> <b>W-BJ</b>
11		<b>13</b>	<b>14</b> BJ-12 CV-13	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>17</b> AP-4 AY-4 YK-4	<b>18</b> BJ-12 CV-13	<b>19</b> YW-6
12		<b>20</b> AM-5	<b>21</b> DV-13=P1	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>24</b> YM-4 ZY-12 CP-13 AB-5online	<b>25</b> DV-13=P1	<b>26</b> open dag
13	mrt/apr	<b>27</b>	<b>28</b> BJ-13 CV-14	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>31</b> YK-5 AY-5 (YK-5)	<b>1</b> BJ-13 <b>W-YA</b> CV-14	<b>2</b> <b>W-YA</b>
14	april	<b>3</b> AM-6	<b>4</b> DV-14	<b>5</b>	<b>6</b> MC-7	<b>7</b> YM-5 <b>P2-zy</b> <b>P2-zy</b> AB-6online	<b>8</b> DV-14	<b>9</b> <i>Pasen</i>
15		<b>10</b> <i>Pasen</i>	<b>11</b> BJ-14 CV-15	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b> AP-5 AY-6 CP-14	<b>15</b> BJ-14 CV-15	<b>16</b> Adem
16		<b>17</b> AM-7	<b>18</b> DV-15	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b> YM-6 ZY-13 YK-j-6	<b>22</b> DV-15	<b>23</b> ZG
17		<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b> <i>Kon-dag</i>	<b>28</b> AP-6	<b>29</b>	<b>30</b>
18	mei	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>
19		<b>8</b>	<b>9</b> BJ-15 CV-16	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b> AP-7 AY-7 YK-j-7 AB-7online	<b>13</b> BJ-15 CV-16	<b>14</b> YW-7
20		<b>15</b> AM-8	<b>16</b> DV-16	<b>17</b>	<b>18</b> <i>H-vaart</i>	<b>19</b> YM-7	<b>20</b> DV-16	<b>21</b>
21		<b>22</b>	<b>23</b> BJ-16 CV-17	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b> AP-8 ZY-14 YK-j-8	<b>27</b> BJ-16 CV-17	<b>28</b> <i>Pinksteren</i>
22	mei/jun	<b>29</b> <i>Pinksteren</i>	<b>30</b>	<b>31</b>	<b>1</b> P2-cp	<b>2</b> YM-8 P2-cp P2-cp P2-cp	<b>3</b> AB-8 <b>W-DV</b>	<b>4</b> <b>W-DV</b>
23	juni	<b>5</b>	<b>6</b> BJ-17 CV-18	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b> AY-8 ZY-15 P2-div	<b>10</b> BJ-17 CV-18	<b>11</b> open dag
24		<b>12</b>	<b>13</b> DV-17	<b>14</b>	<b>15</b>	<b>16</b> CP-15	<b>17</b> DV-17	<b>20</b>
25		<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>23</b> ZY-16	<b>24</b>	<b>25</b> dipl-uitr.
26	jun/jul	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	<b>30</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

## Lestijden:

BJ, DV: 10.00-15.30 u

CV: 16.00-21.00 u

**W-BJ, W-DV, W-CV, W-CP:**

za 12.00-zo 17.00 u

ZY: 10.00-15.00 u

lange lesdag ZY: 9.00-15.30 u

CP: 16.00-20.30 u

AA-di: 16.00-21.00 u

AA-vr: 10.00-15.00 u

laatste lesdag AA: 11.00-17.00 u

AB online: 15.30-19.30 u (koken v.a. 13.30. u)

laatste lesdag AB: 10.30-16.30 u

AM: 16.00-20.00 u

laatste lesdag AM: 11.00-17.00 u

**W-YA:** za 14.00-zo 16.00 u

AP, AY, YM: 10.00-15.00 u

laatste lesdag AP: 9.00-15.00 u

laatste lesdag AY: 9.30-15.30 u

YK, YO: 16.00-21.00 u

lange lesdag YK: 13.00-19.00 u

lange lesdag YM: 11.00-17.00 u

lange lesdag YO: 9.45-15.45 u

laatste lesdag YW: 9.30-17.00 u

MC: 10.30-15.00 u

SB: 16.00-18.00 u

S-yantra: 10.00-15.00 u

workshop ZG: 11.00-17.00 u

workshop Adem: 11.00-17.00 u

**open dag:** 11.00-14.00 u

**diploma-uitreiking:** 15.00-18.00 u